明治四十一年三月二十日發行

（明治二十年十一月本會創立）

婦人衛生雜誌

第二百二十號

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
毎月一回二十日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌

第貳百貳拾號目次

大日本婦人衛生會

總會幷春季懇親會告知

拜啓陳者來二十八日（第四土曜日）午後一時より麹町區九段偕行社に於て晴雨に拘はらず本會總會を兼ね春季懇親會相催し候間左の各項御了承御親族御知友御誘引御來會被下度此段御案内申上候也

一會費　懇親會々費は御一人金五拾錢當日御持參被下度御同伴者又同じ

一御出席　御缺席ともに來二十五日迄に本會事務所宛御一報被下度御同伴有之候はゞ其御人數とも

一徽章　當日本會徽章は御忘れなく可成御佩用の事

一はきもの　園内にては靴、草履、駒下駄の外は御使用なき事

會場　九段偕行社

擧行次第

一三月二十八日

一午後一時　開會

一午後一時半　式場集合

一休憩

一奏樂　音樂隊

一開會の辭　會長

一園内遊覽　隨意

一事務及會計報告　役員

餘興

一閉會　四時半

明治四十一年三月

東京市麹町區富士見町二丁目卅二番地

私立大日本婦人衛生會

（前付の一）

●會　告●

今般都合により本會事務所を左記の處へ**移轉**す

東京市麹町區富士見町二丁目三十二番地

私立大日本婦人衛生會

明治四十一年三月

會計整理の都合も有之候間會費未納の御方は此際本會事務所へ宛何卒至急御送附被成下度候也

本會の振替貯金口座番號**一〇六〇〇番**に付右番號を御承知の上所在の郵便局に於て該用紙御請取被下指定の欄内へ送金高、拂込人住所氏名、及び加入者住所氏名（即ち本會）等を記入し同時に金圓御拂込相成候はゞ直ちに本會へ送金無料にて相届き且つ途中紛失及び盗難の憂ひも無之候又該用紙裏面に通信文欄有之候間他に用事ある節は何なりとも御記入差支無之候、右の如く拂込人に取りては安全、輕便、經濟等一擧にして種々の利益ある便法に付自今該法を御利用被成下度此段會員諸姉に稟告致候也

○本年一月發行の本誌には會員諸姉の御便宜を謀り振替貯金拂込用紙を添付致置候間それを御用ゐ被下度候

○爲替御送附の節は本會事務所宛にて麹町區富士見町郵便局へ御振出しを乞ふ

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一生を送らんを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〱衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして特吾等婦人のもつぱら擧るべき所其責任たりしと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの丶如くまことに口惜しきことなり因て頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して冊子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐこととしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治廿二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ以て社會全般の幸福を増進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員券を交付す（交付手續卷末に詳なり）入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる者は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て毎月發刊する雜誌を無料にて受くることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時[illegible]●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生する時は次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め開遊會を開くことあるべし●第十七條　[illegible]學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑托し會員をして聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演說等を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず●第二十條　本會規則の改正其他重要の件[illegible]並に庶務の概要[illegible]本會の名義を以て[illegible]總て會計擔任の幹事[illegible]に決算し翌年三月總會に報告すべし[illegible]支會●第廿五條　地方會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認[illegible]にして支會を設立せ[illegible]後員數増減あるとき[illegible]員にして支會に加入[illegible]規定に依るものとす[illegible]得●第廿八條　本會[illegible]本會に送付すべし[illegible]同じ●第廿九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし●第三十條　本會は毎月一回雜誌を發刊し之を會員に配付すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品を本會に寄贈する者あるときは本會々長の名を以て謝狀を贈り寄贈者の姓名及品目を簿冊に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證の送費として別に返信料を添へらるべし（郵券送一割増）●第卅三條　會費は東京府下に限り毎月領收人を差出すべし（地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所々在の郵便局（牛込築土八幡町郵便扱所宛）振出しあるべし●第卅四條　會員中若し本會の障害となるべき所爲ある者又は[illegible]會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若くは廣告することあるべし

東京市麴町區富士見町二丁目廿二番地　私立大日本婦人衛生會

○役員姓名

東伏見宮依仁親王妃

總裁 周子殿下

會長 侯爵夫人 鍋島榮子

副會長 男爵夫人 濱尾作子

（いろは順）

幹事 鳩山春子
仝 羽田三緒子
仝 岡田德子
仝 高木かう子
仝 山本多穗子
仝 松平芳子
仝 三浦教子
仝 石川貞子
評議員 岩下ゆか子
仝 濱田捨子
仝 長谷川仲子
仝 仁禮壽賀子
仝 四　升子
仝 穗積歌子
仝 土肥多越子
仝 緒方悅子
仝 岡山とし子
仝 小川孝子
仝 男爵夫人 加藤鈴子
仝 片山龜子
仝 吉武輝枝子
仝 丹波貞子
仝 高橋孝子
仝 田村きよ子
仝 男爵夫人 南部限子
仝 中濱芳子

評議員 山口貞子
仝 子爵夫人 松井正子
仝 岸澄子
仝 三宅藤子
仝 宮本樂子
仝 宮下咲子

●支會 新潟、山形、宇都宮、茨城、高崎、米澤

本會特別贊成員

（●は本會の爲め講演又は執筆せられし諸氏）

醫學博士 ●入澤達吉君
理學博士 ●飯島魁君
ドクトル ●伊澤信平君
●色川圀士君
醫學博士 ●伊東祐彥君
ドクトル ●飯盛挺造君
醫學博士 ●伊藤隼三君
理學博士 ●石川千代松君
赤十字社內科主管 ●岩井禎造君
醫學博士 ●石原久君
醫學博士 ●磐瀬雄一君
醫學博士 ●石原喜久太郎君
貴族院議員 濱尾新君
醫學博士 ●濱田玄達君
法學博士 ●鳩山和夫君
東京 萩原彌四郎君
醫學博士 ●芳賀榮二郎君
●長谷川泰君
新潟 ●長谷川一銓君
小兒科 小原和之君
醫學博士 ●岡田榮吉君
醫學博士 ●林春雄君
醫學博士 ●佐藤達次郎君
醫學博士 ●緒方正規君
步兵中佐 ●堀内文次郎君
醫學博士 ●土肥慶藏君
醫學博士 ●岡田和一郎君

醫學士 ●大澤謙二君
醫學博士 ●大西秀治君
醫學博士 大澤岳太郎君
一等藥劑官 ●恩田重信君
醫學士 ●若杉喜三郎君
醫學士 渡邊房吉君
男爵 ●加藤弘之君
醫學博士 ●加藤照麿君
醫學士 ●賀古鶴所君
醫學博士 ●河本重次郎君
醫學博士 ●片山國嘉君
醫學士 ●川上雅欣君
醫學士 ●樫田龜一郎君
醫學博士 ●金杉英五郎君
醫學士 ●笠原光興君
醫學士 ●唐澤光德君
醫學士 ●河野衛君
醫學博士 ●高橋順太郎君
ドクトル ●高山紀齋君
醫學博士 ●高木兼寛君
法學博士 高木豐三君
醫學博士 ●田代義德君
新潟 ●田代亮助君
男爵 ●高崎正風君
醫學士 竹中成憲君
醫學士 ●高田耕安君
新潟病院長 ●高橋辰五郎君
藥學博士 ●丹波敬三君
醫學士 高橋良頴君
藥學博士 ●田原貞純君
醫學士 ●田村光顯君
醫學士 ●久保猪之吉君
醫學士 ●米山彥郎君
二等軍醫正 ●尾野篠光君
醫學士 ●宮本俶君
三等軍醫正 ●橫井忠國君
大日本教育會長 辻新次君
理學博士 ●坪井正五郎君
醫學博士 ●長與稱吉君
男爵 南部猶男君

理學博士藥學博士 ●長井長義君
醫學博士 ●遠山椿吉君
醫學博士 ●中濱東一郎君
醫學士 ●黑田玄通君
醫學士 ●栗本康勝君
海軍中佐 ●小笠原長生君
醫學士 村松純三君
醫學博士 ●隈川宗雄君
醫學博士 ●栗本東明君
醫學士 ●山田鐵三君
醫學士 山田弘綸君
醫學士 ●山根正次君
岡山 山川春二君
衛生試驗所技手 ●丸山長四郎君
ドクトル ●松山陽太郎君
ドクトル ●小此木信六郎君
盲啞學校長 ●小西信八君
廣島 小泉寛君
醫學士 ●古川榮君
東京 布施正顯君
南滿洲鐵道總裁 ●後藤新平君
元帝國大學教授 ●エ、ベルツ
醫學士 ●中野榮君
文部書記官 ●寺田勇吉君
醫學士 ●寺田豐作君
醫學士 ●寺田織尾君
子爵 秋元興朝君
前軍醫總監 ●足立寛君
ドクトル ●新井古芳君
ドクトル ●富士川游君
高崎醫會長 土谷全次君
産科婦人科 ●水原漸君
ドクトル ●久保田誠勝君
醫學博士 ●佐々木政吉君
醫學士 ●淺田決君
醫學博士 ●朝倉文三君
ドクトル ●朝山義六君
醫學博士 吾妻勝剛君
醫學博士 ●佐藤三吉君
醫學士 ●櫻井郁二郎君

ドクトル 佐伯理一郎君
醫學博士 ●榊順次郎君
醫學博士 ●榊保三郎君
醫學士 ●佐藤得齋君
醫學博士 ●櫻井恆次郎君
醫學博士 ●桐淵鏡次君
醫學士 ●北村綺造君
醫學博士 ●北島多一君
ドクトル ●北川乙二郎君
醫學博士 ●木下正中君
醫學士 ●北島小太郎君
醫學博士 ●北里柴三郎君
醫學博士 ●三浦守治君
醫學博士 ●三浦謹之助君
小兒科專門 ●宮本仲君
理學博士 ●箕作佳吉君
醫學博士 ●三島通良君
醫學博士 ●三宅秀君
醫學博士 ●三輪信太郎君
伯爵 土方久元君
醫學士 ●島村俊一君
醫學博士 ●弘山長君
ドクトル ●日高昂君
ドクトル ●須田卓爾君
醫學士 ●澄川德君
醫學博士 ●木村德衛君
醫學博士 森林太郎君
醫學士 ●笹川三男三君
醫學士 ●波多野惇君
醫學博士 ●吳秀三君
ミス ●リッデル
ミス ●ヒユース
ミセッス ●コーツ
ドクトル ●菊池循一君
醫學士 ●橋本左武郎君
醫學士 ●鳥居春洋君
ドクトル ●土田卯三郎君
ドクトル ●佐藤進雄君
ドクトル ●西山信光君
醫學士 ●澤崎寛制君

婦人衛生雜誌第二百二十號
（明治四十一年三月二十日發行）



身體及其保護（續き）

ドクトル　富士川游君　講演

私は人間の身體のことゝ、さうして其の身體をばどう云ふ風に保護すれば病氣に罹らないかと云ふことを御話いたします筈て、此前から既に數回其話を續けて居りますが、ずつと身體の外の方から御話をしまして、消化器――食物を消化します道具の胃と腸との話まで終つて居ります、其次には呼吸をします方の道具と、血液を循環させます道具があるのてございます、今日は血液の循環の道具、即ち心臓及び血管の事に付て御話をして見たいと思ひます。

心臓は御存知の通り、血液を全身に送る所の中樞器管でありまするが、全體人間の五臓六腑と昔から云ひますものの中で肝臓は「キモ」と云ひますやうに日本の名が附いて居りますが、心臓には日本の名が無いので昔から心の臓と稱して、支那から渡つた名を使つて居るのであります、我邦では魂が、此處から出る、心臓からして人間の魂（精神）が出る、即ち人の心臓に魂がある、斯う云ふ説からして、詰り支那の説が渡つて來ましてこれを信仰した結果、日本の名の附かない中に支那の名が使はれたものであらうと思ふ、是れは外の物でもさうて、我國て品物の分りませぬ時代に、外國から言葉と品物とが這入りますと、日本の名の附かない前に外國の名が附く、例へば天鵞絨、或はカステーラ、或はカンテラ、總てさう云ふもので、日本て名の附かない前に支那から心の臓と云ふ名が入つて來て、其處に精神か宿つて居ると云ふことてあつた爲にこの名稱が附られたの

てあります、西洋でもさうでありまして、近頃までは心臓に精神が宿つて居ると云ふ說で、英吉利では心臓のことをハートと云ひますが、ハート即ち心臓の形を描きまして、これを精神の記號にしてある。併し實際はさうでなくて、精神は腦にある。心臓の中にあるのは血液で、此處から血液が身體の中を循るのであると云ふとがよく分りましたのは、今から凡そ三百年ほど前に英吉利のハーブェーと云ふ人が發明したのでありますけれども、日本でも其より前に心臓と云ふものは知つて居つた。全體支那の字は多くは實物を見て、其の實物を繪に描きましてそれを文字にしたのでありますが、御承知の通り心臓は(圖を描き)斯う云ふ形をして居る、此形を其儘取りましたのが心の字であります、日本でも昔、心臓の形は斯う云ふ風であつて胸にあつて赤い色をして居ると云ふことは分つて居つた、これが十分によく分つて來たのは西洋の說が渡つて來てから、心臓の中には血液があつて、心臓が喞筒のやうな働きをして血液を身體中に循すと云ふことがはつきり分つたのであります。

私は今日、皆様が心臓に付て御承知になつて居つて宜しからうと考へる事を御話するので、解剖とか生理とか云ふ事を委しく御話する積りではないのであります。

心臓が胸にあつて其中に血液が充ちて居るといふことは言ふまでもない事でありますけれども、其中の血液は何處から出來て來るかと云ふと、前に御話しました消化器と云ふもので、食物を消化しまして其の消化したものが脾臓だの何だのといふ血液製造所に這入つてそれから新しい血液となつて心臓に入る、そこで心臓は喞筒の作用でその血液を身體中に送ると云ふことになつて居るのでありますが、さうすると身體の中にはどの位の血液があるかと云ふと此前もちよつと御話して置きました通りに、身體の目方の十三分の一、日本の普通の人、殊に御婦人方は目方が輕い、十二貫と云ふのは大きい方でありま

すが、先づ十二貫とすると西洋の目方で五十基瓦さうすると身體の血液は凡そ二升ばかりもあることになりますが、其の血液の三分の二は水でありましてさうして其殘りは色々な固いものであります、其中には血球であるとか色々の物が入つて居る、人間の身體を見ましても矢張り其大部分は水でありますから詰り人間の身體は水の袋のやうなものでありまして、此の人間の身體に養ひを與へる所の血液が、大方水になつて居ると云ふのは大變便利なことで、水になつて居ると榮養分を身體中に運ぶに至つて都合が好い、若しこれが固いものでありますと運搬することが六ケ敷い。水であると速に運ぶことが出來る其の早いことを一寸御話いたしますと、心臓は御承知の通り乳の少し下でドキ〳〵動いて居る、それが心臓の一番尖でありますが、ずつとその根の方から大動脈が出て、胸へ入つて骨の下を通つて手の方へ來て脈となつて外から觸れることが出來る。此處まで出るのが〇、〇六セコンド、百分の六秒でありますさうして全身中を循るのはどの位であるかと云ふと二十三秒、一分の三分の一位で全身を循ることが出來る、之には色々關係のあることで多少の早い遲いはありますけれども、兎に角其速力は非常に早いもので、心臓の鼓動と手の脈とは、手に觸れる所では殆ど違ひがないやうであるが、極く精密に計ると〇、〇六セコンドの差がある。

それで心臓は斯の如く澤山の水から成つて居る血液を入れて居つて、これを壓搾して、喞筒のやうな働きをして動脈と云ふものより送り出して身體中を循して、これが還る時には靜脈となつて心臓に還る心臓から又それを送り出す、詰り際限のない喞筒と同じであります、此の生理上の説明は普通の生理に書いてあります通り、身體の末端へ行つて血液の中から酸素を出して炭酸を取り、赤い血が青くなる、これが肺臓へ行くと炭酸を出して酸素を取つて、青い血が赤くなる、始終身體の中でさう云ふやうな働きをして居るのであります、是は通常血液の循環

として誰でも知つて居る話でありますが、此の血液の循環は今御話した通り、食物の養分を腸から取つて、脾臟などで血球と云ふものを交ぜて、新しい血液となつて循るので、其の役目は身體中の養ひをするのであります。

それて此の血液の循環が少しても止まりますと直に身體に害をする、それは所にも依りますけれども例之へば胃の内面に少しばかり血の循環が止まりますと、其處に胃の潰瘍と云ふものが出來る、さうして血を吐き疼痛を覺える、それから頭の中の血液が少し止まると失神、或は眼が見えなくなる、耳が鳴る、至る所に害を及ぼすのであります、そんなら肉を切つて血管から血をまるて出したらどうかと云ふと、無論死ぬるのであります、まるで出さなくても三分の二までに行けば死ぬるのであります、併し身體の血液の半分、例之へば一升位出しましても後の一升は補ふことが出來るのでありますからこれは差支ない、素人は多量の出血をした爲に非常に驚く場合がありますけれども、あれは見た所は多量でも實際は多量でないことがある、外の物が交つて非常に稀薄になつて居ることがありますからさうひどく多量でない。

さう云ふ風な大切な役目を有つて居る心臟がどうして病氣になるか、又どう云ふ風にすれば心臟及び血管を健康に保つて行かれるかと云ふことが極く必要な問題であります、此の血液を搾り出す心臟と云ふものは筋であります、普通の筋肉と云ひますものと違はない、唯普通の筋肉は自分の意思で以て動かすことが出來るが、心臟は自分の力には及ばぬのであります、唯それだけが普通の筋肉と違つて居ります、其の筋肉を大切に保護すると云ふことは、普通の筋肉を保護するのとちよつとも違はない、是れは此前外の事に付て大體御話したやうでありますけれども、尙ほよく分りますやうに、心臟がどう云ふ風な病氣を起すかと云ふことを概略御話した方が都合が好からうと思ひます。

それて生れたての赤坊に心臓の病氣のあることがある、是れは心臓から動脈に移る所や、靜脈から心臓に入る所に小さな蓋がありまして、其蓋を塞げば血液が出入することが出來ぬやうになる、其の調子が生れたてからいけないのがありますが、是れは幸ひにして極く稀でありますゝ其次に親讓りの心臓病て、心臓病が父母より傳はることがある、同じ家族のおつかさんも、おばアさんも、子供も孫も心臓病てあると云ふやうに心臓病の系統のある家がある、是れも仕方がないことてありますが、其次に子供の中に心臓病に罹るのも少なくない、實布的里亞、猩紅熱、丹毒、肺炎のやうな傳染病に罹りまして、さうして心臓を惡くします、其の原因は傳染病が治つてから長く床に臥て居りませぬて動く、是れは子供によくあります、殊に貧民社會ては一定の時間臥て居ることが出來ませぬて動くやうな場合に起るのでさう云ふやうに早く筋骨でも動かしますと神經衰弱と同時に心臓病を起すのてあります、其次に六歳から二十歳の學校生活の時代に心臓病の原因を拵へます、其の原因の一番多いのは神經性の心臓病と云ひまして、餘り心臓に變化が無くても心臓が惡くなる小學校の生徒には隨分これがあります、これは餘り早う學問をさせるとか、教育の時間、教育の學科が多う過ぎるとか、それから寐が足りないとか運動のやり方が不注意てあるとか云ふと心臓を惡くする、詰り一口に言ひますと、まださう使ふべきものてない精神を早く使ふ爲めてある、子供の精神はまだ發達が未定なものてある、これを大人が思ふやうに無暗に使ふと云ふ弊害てあるのてあります、其次に養ひが惡い、食物が惡い、是れは貧民にあることてあります、子供の中の育て方が惡いとか、子供の時から酒や煙草を無暗に飲むとか、斯う云ふやうな事がありますが、それは餘計ある原因てはない、腹工合が惡いとか腸が惡いとか云ふ事から心臓が惡くなる事も多い、それから身體の發育が惡い爲に心臓の發育が遲れると云ふやうな病氣もある、是れは西

洋に澤山ある病氣であるが萎黃病と云ふて、婦人も殊に若い人に多いと言はれて居る病氣で、日本にも無いぢやないが多いか少いかよく分らぬ、ひどい貧血を起して身體が蒼くなつて少し歩くと動悸がするのであります、それから甲狀腺と云ふものがありまして、婦人であると是れが多く腫れる、其爲に非常に心臟が昂進する、心臟がドキ／＼しますのと眼の玉か飛出るやうなのと一緒に來る、是れはバセドウ氏病と云つて殊に婦人の病氣である、それて始終坐つて居る人は無論のこと、煙草や酒を飲む人、それから營養が惡いと云ふやうなことから心臟病が來るのは當り前であります、最も氣をつけなくてはならぬのは心臟が惡くなると、今御話した子供の中から惡いと云ふのは別問題として、一體に心臟が惡くなると云ふと血管が一緒に惡くなる、其の心臟と血管が惡くなるのは年と共に增すので、年が多くなれば多くなるほど心臟と血管が惡くなる、それは何處の筋肉でもさうでありますけれども餘り使ひ過ぎますと働きが鈍くなる、心臟と血管と云ふものは毎日働いて居る、通常の人間の身體の道具は一定の時間が經つと休む、腦髓などでも眠る、けれども心臟だけは他が眠つて居つてもドキ／＼動いて居なければならぬのでありますから、人間の道具の中では一番休まない道具になつて居る、さう云ふ風に始終働いて居りますと云ふと、働く度が過る爲に一の病氣が起つて來る、尙ほ一層激しく働く場合、勞働をするとか、酒を飲んで非常に働かすと云ふやうに、無暗に心臟と血管とを使ひますと、若い人でも病氣が起つて動脉と心臟が固くなる、動脉が硬化する、固くなると云ふのは外にも原因がありますけれども、動脉が固くなるとそれを外から見ることが出來る、觸はることも出來る、それを觸つて見ますとまるで骨のやうになつて居るのを知ることが出來ます、其の病氣の一番先に分るのは、少し仕事をすれば大儀になる、よく寢られない、是れは老人によくありますが殊に坐つて居る人にある、頭痛がある、内部が痛い

のでなく外部が痛い、後に精神病のやうになりますけれども神經衰弱が著しく分つて來る、それからもつと能く人に分りまして、さうして我國にも澤山あつて、これを動脈硬化と知らないでやつて居るのは、少し歩きますと足が痛くなる、暫く歩んで居ると痛みが治る、又歩くと痛くなる、後で見ると足が痲痺れて居る、醫者に診て貰ふと脚氣と云ふ診斷がつく、よく脚氣に似て居る、素人には一般に膝脚氣と云ふ名がついて脚氣の中に入つて居るものには此病氣が隨分澤山あるので、之に名をつけて間歇性跛行症と云ふて居りますが、時々跛になる、是れは足の動脈が硬化して硬くなつたのであります、是れは年が進み老人になるに從つて血管が硬くなる、或は不攝生、勞働過度と云ふやうな惡い事を澤山した結果か積つて二十か三十でも出ることがある、年をとつてから斯う云ふ風になるのは當り前であります、倂し近頃は此の病氣が早く出るのが多くなつて西洋でも日本でも醫學の方からやかましく言ふやうになりましたか、一概に申しますと不攝生の結果であります、是れは攝生を良くすると防ぐことが出來るのであります。

是れで大體心臟に來る病氣は御話したのでありますが、尙ほ搔摘んで御話しますと、性來から心臟が惡い、親讓りの心臟病がある、又小さい時分に其の病因があつて、年齡が增すに從つて出る所の心臟病もある、どの心臟病でも身體に害をするのは同じやうなもので、脉が非常に惡くなつて、後には身體が腫れるか、或は心臟か破裂し、心臟が痲痺して死ぬるのであります、それならばどうすれば豫防が出來るかと云ふと、それは病の出る源を考へれば直ぐ分る、親から讓られたもの、生れぬ前に出來たのは仕方がない、子供の時から後のことは、本人の身體の保護の仕方で防ぐことは出來得るのであります、それで胃が惡くなると云ふ場合には、食物の味が惡くなると云ふやうなことで、其人に是れは病氣であると云ふことを知らせますが、丁度それと同じやうに

心臟も少し病氣になると、少し歩いても、少し勞働しても、少し物事に驚くと云ふ場合にも直ぐ胸に動悸がする、之で以て知らせるのでありますが、動悸と云ふのは心臟が喞筒のやうに働く、其の働きが早くなるのであります、それで是れは御記憶になつて居つて差支ないが、通常脉は一分間に七十一或は七十二、呼吸は十八でありまして、是れは脉が四つ呼吸が一つ多くなつて居ります、少し身體の惡い場合に動悸がしますと、呼吸の數は普通であつても動悸の數が増して來る、子供でありますと、生れたては動悸の數も非常に多くて百二三十ありますが、年を増すに從つてそれが七十二前後になる、それてありますから如何なる人でも動悸の多くなるのに依て心臟の病氣であると云ふことが分るのであります、隨分他に病氣があつて其爲に心臟が惡くなると云ふことがありますから其の場合に相當な醫者の診斷を要することてある、それて心臟のみの病氣になりますと云ふと、醫者の方で胸を見ますと、心臟の中に瓣があつて其瓣が開いたり閉ぢたり、血液が出たり入つたりする音がします、其音を聽くと何處にどう云ふ風な事があると云ふことが確かになる、殊にレントゲンのエッキス光線を用ゐると心臟の形が映れますので診斷をすることが出來る、診斷をしてそれを治し得るかと云ふとどうも治らぬのであります、診斷が立派に出來ましても、癒るかと云ふ問題になつて治らないと云ふことになると、病氣は治療するより豫防する方が利益で、豫防することならば出來る、是れは皆さんの御注意を願ひたい、病氣と云ふものは治療の出來ない場合が多くて、豫防することは出來る場合が多くてそうして易い、診斷がすつかり出來て、何處に變化があると云つてもそれを治すことは實際出來ない、併し豫防することは出來る、子供の傳染病の後にも、長くぢつとして寢て居れば心臟を弱らすことなくして濟む、又酒や煙草を適宜に用ゐると云ふことも出來得る事である、其他勞働ても十分に攝生して適宜にやることも出來る、それ

から筋肉を保護するのが一番大切な要件で、休まずに使ふと云ふのを適宜に使ふと云ふのが大切でありますがそれも出來得る、それでありますから豫防はすれば出來る、其の簡略に出來る豫防をいつでも怠つて、病氣になつてから治療すると云ふのは、大變に順序を間違つて居るのみならず、治し得る見込が殆どない、身體の保護に於ては何處でもさうでありますが、心臓に於ては殊に其邊に重きを措かなくちやならぬと思ふ(圖を示し)てゝに近頃此方の人の拵へた圖があります、之をお廻し申しますから御覧を願ひたい、是れて見ると胸の皮を取ると肋骨かあつて、其中に肺臓があつて其下に心臓がある、心臓を割つた所まで描いてある、それから心臓から赤い筋てずつと血液が出る、それが青い筋になつて還つて來ると云ふやうな事までよく分ります。

是れて大體心臓の事は終りました、餘り時間か長くなりますから今日は是れて御免を蒙むります。

叢談

女子の四十五歳

醫學士　F. W. 生君

○四十歳から五十歳までの間は、婦人にとりては正に人生の正午とも云ふべきもので、東の空から昇つて來た太陽の、今や中天に赫灼として輝き、四海共に其恩澤に浴して居る時であります。未だ西へ傾くべき運命をかこつにも當らず、早老の嘆を發するのも愚であります。

○春の如き心と花の如き顔とを以て、希望ある新生涯を迎へた花嫁も、今や幾多の子女から圍まるゝ身となり、二十餘年の昔を顧みて家政家として、若くは賢母良妻として缺くるところが無かつた如く、今後の生涯に於ても心身共に健全で、其當に爲すべ

き所を成就致したいのであります。

○下等動物の或種のものでは、一と度び生殖の機能を營んで數多の子女を產んで仕舞へば、生涯の能事既に全く終りを告げて、直ちに死滅するものもあるが、人類に在つては子女を生むと云ふのみでは、未だ婦人の任務の全部が盡くされてゐない。從つて人類生涯の過半は所謂「子持ち期」と云ふべきでない、少くとも女子の二十歲から四十五歲迄が「子持ち期」で、夫れより以前は修養期、夫れより以後は他の仕事の完成期であります。

○實を云へば婦人の四十五歲は寧ろ身の自由を得たる時、換言すれば最早や子女を生み止めた時で、これからホツト一と息して、更に猛進し、若年頃からの或宿望を成就させ、中年頃からの或經驗や理想を實現せしむべきであります。身に之を實行し自ら之を實現させる事が出來なければ、セメテは其子女達に己が精神を吹き込んで、心身共に健全なる新國民を造り出すべきであります。

○四十五年の長い間、日毎夜毎に經驗した成敗の跡は、今や歷々として諸姉の眼前に出沒して忘れ難き事であらう。諸姉は平靜に之を考慮して過去の事柄をしらべ、苟も我と我身に尊きもの益あるもの高きものがあつたとすれば、之を他の人にも分ち與へ、危かりし事、厭はしき事、害ある事の經驗は、之を知らざる人に敎ふべきであります。此の如くすれば誠に人生を益し社會を益するもので、人生の事業中これより尊貴なるものは無い。

○然るに四十五歲以後には、姑と云ふ婦人の價値をひき下げる者がある。姑と云ふ字は「古い女」とかく「花嫁の化けた者」で、而かも「嫁が姑になる」とは當然の化け方と心得られてゐる。姑の任務は新來の嫁を其家風の樣に敎育仕上げると云ふのであらうが、サリとは恐ろしい敎育法で、未だ年齒もゆかぬ、經驗の乏しい、雨風毎にいたわしい我子の嫁を、朝な夕な箸の上げ下ろしに叱かり飛ばず、イビり散らす、甚しきに至りては足蹴にする、打擲す

る。ヤガテは死に水を取つて貰ふべき人を動物同樣に扱ふ。

○姑と云ふ四十五歲以後の婦人は、嫁と云ふ四十五歲以前の夫れに比して全く別人の觀がある。いやが上にも向上發展すべき婦人、曾ては花にたとへられ月に歌はれた無邪氣の女子も、こゝに至つては邪慳と云はうか鬼心と云はうか、何等の譬ふべき言葉も無い。女性は元來鬼であるべきものか、首肯かせる、夜叉の內心を包んだ菩薩面とは能くも穿ち得た言葉哉と感心させる。

○昔から思ひ切つて惡い事をするものは男子よりも女子に多い、人生の影舞臺にあつて公然として惡事を働いて居る者は女子に多い、惡事を惡事と理會し得ぬ德心の缺乏は女子に多い。少くとも姑と云ふ一種の婦人が家庭を亂し、社會を毒し、人道を蹂躙し、人倫を破り、風敎を害し、殘忍を敢てするは實に輕からぬ罪である。

○四十五歲以後の婦人は、狂人に近い此姑となり易い傾向がある。貞淑なる良妻よりして惡むべき魔女に變轉し易き誘惑時である。此傾向を滅ぼし此誘惑を避けんとするには、是非共上述の如き尊貴高尙なる觀念を抱いて、多年の理想を實現せしめ樣とつとむることにある。家庭に於ける嫁イヂメ程、婦人の品位を下劣野卑ならしめるものは無からうと思ふ。

○「日本人は家を持つてゐるが家庭を持つて居らぬ」と或西洋人は笑つたさうであります、實際家族の團體をして家たらしむるか、家庭たらしむるかは、一に姑たるべき年齡にして姑の如き腐れ根性を有せざる婦人であります。

○昔から婦人の厄年と云へば四十歲前後と思はれて居るやうであるが、此厄年と云ふのが何を根據に定めたものか、多年の經驗上此年代の婦人は比較的身體の病氣になり易い、氣狂ひの多いのも春先きと此年代の婦人であるからと云ふ樣な事實からであるか、何れにしても生理的には當に厄年たるべき筈て、

子を生むと云ふ時代に比し、其心身の構成がガラリと一轉する時で、古來「女人の變換期」と稱せられて居ります。

○金をとかす樣な三伏の暑熱から、凉風蕭條たる秋に移る頃には、多少ながら天候の變化のあるのが通例である。甚しければ草木を拔き、家を倒し、石を飛ばし、人畜を害する樣な暴風雨がある。人生の二百十日は正に婦人の四十五歳に相當する、從て其到來發現する心身の變化で自らも苦しみ、周圍にも迷惑をかける事が少くない。

○二百十日の空模樣は農夫一同の氣をもんで案ずるところ、姑の心は花嫁の切りに和げんと努めてゐる所である。眼の邊りがキリ〳〵と釣り上つて額に雲の寄すると見るや、「スワ到來」と不憫や花嫁は既に觀念して暴風暴雨の覺悟をきめる。姑たるべき年齢にして姑たらざらんと欲するものは、「自分は野分の風となつて良民を害する樣な殘忍な行爲をすべき野卑な者では無い」と云ふ高尚な觀念を養ふべきであります。而して今後死に至る迄奮勵して、多年懷抱せる理想の實現と、經營しかけた事業の完成(子女の敎育、新國民の薰陶)とに勉むべきであります。

○幸に姑たらざる此年代の婦人には、又既に老耄して何事をなすの元氣も無い者がある。余はロングフエローと云ふ詩人の「モリタリ、サルタムス」と云ふ一篇を是等の婦人に捧げたい。此詩は將に世を逝らんとして其門出にある人々に對して氏の詠み出でたもので、人生の正午を過ぎし白髮の老人も、終り迄向上の道を辿つて活動をつゞく可き必要を述べたものであります。左に其數句の大要を摘錄しやう。

○向上活動の壯快談は靑春の焰のもゆる血氣の壯夫には適しよう、サレド既に老い果てし身、若くは老衰に傾ける我等には餘りに遲きに失せりと云ひ給ふか。否とよ老の身に取りても決して遲い事は無い、カトーは八十歳にしてギリシヤ語を學んだ、ソホクレスは八十路を越えて雄篇「オージプス」を書いた、シモニデスが儕輩の賞讚の辭を負つて逝つたのは八

十歳以上である、テオフラタスが「人の品性」を書き始めたのは九十歳、チャーサーが有名な「カンタバリー」物語りを書いたのは六十歳、ゲーテは終焉まで奮勵して遂に「ファウスト」を完成した。元より斯の如き人々は異數ではあるが、然かも彼等は我等の生命の流れが其極地に入らん迄には、尚ほ甚だ遙遠であるのを示すものである。

○サラバ我等は何うしたらよからう。最早や正午も過ぎ去つたからと云つて、晏如として餘生を送るべきであるか。否々、未だ夜には程がある、日影の西に遷移うたからと云つて、直に其日の務めから引き退くべき筈で無い。尚ほ何等かの爲し終すべき仕事がある、幾百千と年古りし老樹でさへ若干の實を結ぶことのあるでは無いか。夜の帷が地を蔽うた後でも、晝には見られぬ星宿が煌々として空に輝くではないか。

○春秋に富んだ若い頃には、人生の行路が道程遠く前途に横つて、之を望み見た諸姉の心は、良人に對し子女に對し、其家庭を治め其身を處することなど、泉の如く思ひ浮べて夢より夢に、空想の途を駈け廻はられた事であらう。然るに今は是等の途を歩んで來て、其夢想を實現して來た事であれば、心自から快く、思ひ暢然として安らかな事であらう。家の雛は何れも能く生ひ立ちて、自ら翼を用ふる事を知るやうになり、塒を出でゝ飛びもする、駈りもする。最早や親鳥の心を苦しむる程でない。

○サレドこれにて諸姉の仕事の終れりと云ふのでは無い、手を懐ろにして死を待つのは、生きながら死の生活をして居るのである。死ぬ迄働くと云ふのは決して厭ふべきこととてない。幾多の社會の新事業は、實際經驗を重ねた圓滿完全なる諸姉に向つて其手を待つことが切りである。四十餘年の星霜を積んで産み出した諸姉の豐富なる經驗と、圓熟なる知慮才能とは極めて貴重なる寶である。之を以て花嫁の呵責に濫用するのは餘りに惜しむべき事である。之を以て國家社會のために廣く資益したい。女子の

四十五歳は正に皇天が機會を與へて、婦人の奮起を促すの時てはあるまいか。滿天下の婦人諸君、願くば一家内に跼蹐して平地に波瀾を起す樣な愚人の兵似をせず、大天下の婦人として理想郷の建造に資益せられよ。

活ける家（續き）

醫學士　渡邊房吉君

（十二）活ける家の貯藏室

足れるを以て常とせず、乏しき時の準備をなすのは、餘れる時に於ける諸人なべての心掛けとすべきて、古の聖人が「蟻を見て學べ」と云つたのも、實に此間の消息を道破したものであります。「秋に收めて冬に藏す」と云ふ用意は、獨り農夫にばかり通用すべきものでは無い。

　肝臟は活ける家の貯藏室て、口から入つて食道を下り、胃を通り拔けて腸に行き、腸壁から吸收された食物は、門脈と云ふ血管を傳うて肝臟の中に入り、肝臟の細胞から「活ける家の建築材料」となるやうな良い食物であるか、但しは「一家を破損させるやうな毒物」を混交ては居らぬか否かを吟味され、次に肝臟の靜脈を經て下大靜脈と云ふに入り、最後に心臟の中に入るものであります。

　此門脈から入つた良い食物の全體は、再び悉く肝臟靜脈を經て心臟の中へ送り出されるものでは無い。其幾部分は澱粉として肝臟の中に貯藏せられ、不時の必要に際して再び消費せらるゝものであります。即ち肝臟は常に凶年の用意に怠りないもので、これだけの貯へがあれば、一朝如何なる場合に邂逅つて、二三週位は湯水も飲むことの出來ぬと云ふ不幸があつても、生命を繼けるに差迄不足は無いものであります。

　すべて澱粉質を食べれば唾液のために砂糖に變るものであるが、肝臟の中の澱粉も亦た肝臟の作用に

よつてグリコーゲンと云ふ一種の砂糖に變るものてあります。身體を動かすと云ふ時、即ち筋肉を働かせると云ふ場合には、必ず此グリコーゲンが使用されるもので、譬へて云へば此グリコーゲンと云ふ肝臟の砂糖は、筋肉の彈藥とも稱すべきで、我々が手足を動かそうと思ふ時には先づ腦から命令を發す、此命令を合圖に發火してグリコーゲンが燃燒し、玆に手足の運動となるのであります。此グリコーゲンは澱粉質及び糖分を多く含んでゐる食物を食べれば、其量を增すものであるが、サリとて餘りに

甘い物を食べ過ぎれば害になる

何故かと云ふに一旦肝臟に入つた甘い物は、肝臟の働きてグリコーゲンに變へられなければならぬ。此グリコーゲンに變る時に熱が出る、餘りに糖分を食べ過ぎれば肝臟が働き疲れ、熱も出過ぎるからであります。

貯藏すべき食物は勿論、心臟へ送り出す食物もすべて精良なものでなければならぬ。故に肝臟は門脈から來た食物を一々吟味して、精粗良惡を撰りわけ、惡い毒物、膽管と云ふを傳うて廢棄する。

昔し〳〵或國の皇室に祖宗傳來の寳物として、神杯と稱するものがあつた、國王が此神杯を手にして之を傾け給ふ時には、能く此杯のうちに毒の混入てゐるか何うかゞわかつたそうであります。然かし此神杯を傾けて、陶然として醉ひ給ふた代々の王樣は、實際酒のうちに含まれて居るアルコール毒を發見し得なんで、何れも酒の爲めに世を逝り給ふたと云ふことであります。

肝臟は活ける家の神杯

であつて、食物中に混じて身體中に忍び入る毒物は、直に肝臟から發見されて體外に逐ひ出されるか、或は打ちこわされて無害のものと變ぜられるのであります。然し人と云ふものは一般にイチの汚いもので、身體經濟に必要な分量よりはイツモ餘分に飲食するのが常であるから、遂には肝臟も働き疲れ、食物吟味の役目を怠る樣になる。是に於てかあらゆる

害毒は機乘ずべしとして、掠奪侵襲を恣ま丶にし、玆に肝臟の病を釀し、延いて全身の調和を害ふ樣になります。故に

快樂の爲めに暴飲し味に欺かれて暴食するのは、實に自ら健康を破り、自ら病氣をつくるのであつて、苦い藥を飲み生命を縮むると云ふのも心からの事であります。殊に

酒は肝脹第一の敵

て、不治の肝臟病は多くは酒に原因する。肝臟硬化症と云ふ病氣は肝臟の作用不充分になり、脹滿と云つて腹の中へ水が一杯たまるやうになるのであるが、甘いと思つて飲む酒で遂に此不治の病氣を買ふのであります。

以上の如く肝臟は或は生活要素を貯ふる貯藏室となり、或は害毒物を發見する神杯となるのみでなく、又

膽汁と云ふ必要物を分泌する腺

てあります。膽汁とは黄ない綠色をした液體て、古來普通ならず苦勞艱難をするのを「新に臥し膽を嘗める」と形容してある如く、其味は頗る苦い。此苦い膽汁と彼の甘い砂糖とが同じ肝臟の中で拵へられると云ふのは、誠に以て奇妙不可思議の至りであります。

活ける家の庖厨を説明する時に、膽汁は口から入つた食物を調理する料理人てあると云ひましたが、膽汁の主な作用は實に腸に迄來た食物の消化を助けるものであります。故に飲食すると同時に膽汁の分泌が盛んになり、食物が腸に入ると同時に膽汁も亦た其處に行くのであります。大人ては

膽汁一日の分泌量

が平均二ポンド以上てあつて、其一部は以上の樣に消化作用に消費れるが、他の一部は腸の中の腐敗を防ぎ、兼ねて食物をして滑かに腸を傳ふて下らせる樣にし、又他の一部は門脈から入つて來た害毒物を打ち亡ぼして無害にすると云ふ作用を持つて居ります。食事と食事との間には

膽嚢

と云ふ嚢の中へ貯へられ、食事の度毎に輸膽管と云ふ管を傳うて腸の中へ送り出されるのであります。

膽嚢の中には

膽石病

と云つて大小不定い無數の石の出來る事があつて、其石が嚢壁に突き當つたり、或は膽汁の流れ出る道を塞いだりして、右の乳房の下から腹全體へ掛け、堪へきれない疼痛を起すことがある。醫者が之を癪と誤診へるのは少くないが、癪は胃の病氣、膽石病は肝臓の病氣であれば、自ら其療法も異るもので膽石病なれば外科の手術で腹を切つて石を取り出して貰ふのが何よりか確實であります。殊に此病氣は御婦人に多いものであれば、宜しく此邊の御覺悟を願いたい。若し逡巡として決心が出來兼ね、何時迄も石を出して貰はなければ、遂には其ところから

肝臓の癌腫

が出來て遂には死を免れぬ様になります。肝臓癌も胃癌、乳癌、子宮癌などと同種類の腫物であれば其恐ろしさ加減は、大方想像の出來ることゝ思はれます。不養生をするか、風をひくか、馬鹿に物事に心配するか、他に色々の病氣にかゝるか、其他種々の原因により膽汁が腸の中へ流れ行くのが妨げらるれば、膽汁の色素は遂に全身に擴がるやうになり、顔と云はず手と云はず、胸と云はず腹と云はず、凡ての皮膚が黄な色になるもので、眼に入る物みな一様に黄色に見ゆることがあります。之が即ち

黄疸

と云ふ病氣であります

肝臓は右の肋骨の下にあつて、三ポンド半位の重量がある。強く帯を締めれば肝臓も強くくゝられて甚しく變形する、これは曾て本誌二百八號に述べた事がありますから、此處には其れを再述するの重複を避けませう

衛生生活の一日(承前)

東京醫科大學　A、B、生君

第三十二　何時入浴すべきか

何時入浴したらよいかと云ふ事は一言で斷言は出來ません、誰も皆自分の都合や家の都合が有りますから差支 差置いて迄も入浴する事は出來ますまい只自分に差支の無い時間の內では衛生上何時を撰んでよいかを知る爲に、玆には只入浴の不適當な時を述べて置きましやう。第一に餘り寒い時には不適當て有ります、之れは浴場の構造にもよりますけれど時によつては入浴中にも風を引く樣な事が無いとは云へず、殊に入浴後は危險であります、入浴して直に其儘て寢に就く樣な時ならば宜しいが、入浴した當分が温かて氣分が好いからつい油斷して體を冷して風邪に罹る事が珍らしく有りません。第二は餘り滿腹の時は適當てありません、滿腹と云へばつまり食物が胃に一ぱいに成つて居て之れから如何にか處置をつけねばならぬ時てあへますから、胃は是から盛に消化作用を營むので此作用を助ける爲めに多くの血液が必要て有ります、然るに此時に入浴して湯て皮膚を刺戟したり手足を運動したりするので有るから、血液は多く皮膚表面や手足の方に來て仕舞ふ事と成ります、入浴して皮膚が眞紅に成るのは皮膚に血液の集まつて來た證てあります、其爲めに肝心の胃の方はお留守に成つて血液は一向に寄つて來ないから胃の仕事は思ふ樣に出來ないので有ります、飯を澤山喰つたから腹を空かさうと思つて湯に入つて十分運動をして來たが如何も胃の工合が惡くて困るなど〻不服を言つて居る人もありますが、胃の仕事を妨げて置いて、働きが無いと云ふ小言は無理てあります。第三には又餘り空腹な時も適當て有りません、空腹て湯に長く入つて居た爲に逆上したり眩暈を起したりする樣な事も往々にしてあります、此時は腹に食物が無いから用事は無いので多くの血液が頭の方へ行き腦充血の爲めに斯かる事に成るの

て有ります、何分入浴の爲めに心臓の活きは非常に昂進して居るので有りますから餘り空腹の時で無くとも長く入つて居れば逆上を來すのは皆さんのよく御存じの事で有ります。序ながら申しますが此樣な次第で有りますから、、心臓に病の有る人等は入浴の時には十分注意をしないと、餘りに心臓の活きを强くさせる爲めに取返しの附かぬ樣な事にも成ります又老人で血管の弱つて居る人等も怖しい事が有る、他の血管と同じく腦の血管も弱く成つて居ますからあまり心臓が盛に活いて血液の壓力が强く成つて來ると其弱い血管が終に破裂して腦充血――湯槽の中て死んで居たなど丶云ふ樣な事もあります。扨て元の話にもどりまして以上の條件を考へて何時頃がよいかと云ふと、午後の二三時頃等は最も適當な時間と思はれます、勿論此時に限つた事はありますまい

第三十三　如何なる湯に入るべきか

申す迄も無い樣な事ではありますが念の爲め述べて置きましやう。第一は溫度の關係て有ります、湯の溫度は西洋人のと日本人のとは非常に違つて居る西洋人の入浴して居る湯は普通三十五六度だそうで有りますが日本人のはずつと高くて四十四五度で有りますから。十度位違つて居るので有ります、殊に東京の町の湯屋のは熱い、地方から來立ての人は熱いて手もつけられない樣な面をして居る中へ平氣で入つて居る、田舍者は面喰つて其儘湯槽の外でぢやぶ〳〵洗つて歸つて來たと云ふ話もあります、然るに自家の湯は如何かと云ふと一體に湯屋のよりは低溫て有ります、家ではぬるい湯に入つて居ても湯屋へ行くと熱いのへ入る、熱くて苦しくても辛抱して入る、面をしかめ乍らあゝ宜い湯だと云つて居る、隨分苦しい虚榮て有ります、何でも熱い湯に入る事の出來ぬ者はえらく無いと思つて居る、妙な習慣て有ります、西洋人がぬるい湯に入るからと云つてぬるい湯でなければならぬと云ふのでは有りませんが强て熱い湯に入ると云ふ必要も亦無からうと思はれます、學問上から云へば熱い湯は害に成るので有り

ますが日本人には長い間習慣に成つて居るのでありますから今更之れを改める事も出來ますまい、今急に三十五六度の湯に入る樣な稽古などしたら、それこそ大に害が有りましやう、だから熱くて困る湯に辛抱して入る樣な愚を學ばずして只自分の身體に相應し自分が愉快に感ずる位な湯に入る樣にして居度いと思ふので有ります、又特に注意すべき事は心臟の惡い人等は成るべく低温の湯に入る樣にせねばなりません、其他の人も始め入る時には温を低くして追々適當な温に高めた方がよいので有ります第二には水の性質で有ります、之れは入浴用に限らず凡て化粧用の水としての注意で有りますが、皮膚を洗ふ水としては硬い水は不適當であります、水が硬い時には石鹼も効を奏せ無いのみならず皮膚の柔い婦人方には肌を荒す事とも成ります、最も適當なのは雨水で有りますが之れも西洋の樣に雨水を貯へる裝置が日本の家屋には有りませぬから致方が無い、先づ硬い水でだに無くば宜しいのです、殊に東京其他水道の敷設されて居る都會では、水の心配はあまりありません。第三には湯の中の不潔なる事に就てで有りますが、湯の中殊に湯屋の湯の中等は極めて不潔なものでありまして、只垢が浮いて居ると云ふに止らず如何樣な恐ろしい病菌が居るかも知れぬのでありますが、どうも人々が餘り之を恐れて居らぬ樣に見えます。よく世間の人が指に少し傷の有つたのを其儘て湯屋に行た爲に其處へ湯が入つたので瘭疽に成たと云ふ話を致しますが、湯に入つたばかりなら瘭疽に成ると云ふ理由は有りません、湯の中には無數の化膿菌が居るのでありますから、傷口が有たら其處から入つて指が化膿するのは自然の理で有ります、傷が有つても菌の入ら無かつたのは其人の幸運なのでありますが其樣な幸運は毎回あるにきまりませんから傷の有る人は其用意をして、小さな傷にても絆創膏を貼つてから入浴する樣にせねばなりません。殊に危險なのは藥湯とか温泉とか云ふ樣な類でありまして、之れに好んで入る人は何か身體に

故障の有る人で、又其樣な人の例として生暖い藥湯にちつと長い間入つて居るのでありますから、如何程多くの病毒を落して行くかも知れません、其上藥湯や溫泉は生暖るくしてあるから病菌の死する事も少ないから、目にこそ見えねあの湯の中には無數の黴菌がうよ／＼して躍つて居るのであります、其中に傷のある身體を持て行くのは實に亂暴と云はねばなりません。私が昨夏伊豆のある田舍の溫泉で見た一例は、溫泉に不動樣か何かゞ有つて、其御利益て萬病が治ると云ふので有りますが、其中の最も低溫な湯に來て居る女が七歲ばかりの娘を伴れて居まして其娘の頭が半面全く眞赤に糜爛して處々に膿汁が流れ見るも痛ましき姿でありますが、其母が其娘の糜れた頭に溫泉の湯を手拭に浸してはかけてやり／＼何時迄もやつて居る、よく聞て見ると熱湯か何かで火傷した傷であるが半年にも成るが治らぬ、不動樣の御湯を每日頭にかけて居るが如何も治らぬとの事です、湯をかけなければもうずつと早く瘢痕を成して癒えて居るものを同行の者抔が注意しましたが、不動樣の湯で治らぬ物が他の方法で治る筈が無いと云つて相手に成りません、實に氣の毒な者で此母が此湯をかけて居る間は何時迄も娘の頭は糜れて居るで有りましやう。化膿菌ばかりで無く湯の中には種々の病毒が居ます、湯から歸つて眼が痛み始めて一夜の中に盲目と成つたと云ふ樣な恐ろしい例も有ります。要するに一般の人が今少し湯の中の恐ろしさを知つて、傷のある人は十分に用意をし又眼や生殖器や肛門の樣な粘液膜のある處はよく注意して、湯から上る時に掛り湯でよく洗ふ樣に致し度いもので有ります。

第三十四　如何に洗ふべきか

湯に入つて如何に洗ふかと云ふ樣な事は私が申すよりも御婦人方の方が遙によく御存じの事で苦心を重ねて居られる事で有りましやうから、私は只衞生上の事を一二言申して置きましやう、第一には順序で有りますが湯に入るには始めの間は頭は湯に

つけないて置いて順に下の方から溫めて行く樣にせねば成りません、始めから頭を溫めると前申した樣に逆上する恐れが有ります。第二に手拭て有りますが、之れはタオルがよいか日本手拭がよいかと云ふ事に成りますが、何方でもよい只目的によるのてあります、垢を早く十分に落さうと云ふ目的にはタオルの方が適當てありますが肌を荒す恐は有る、日本手拭は其點は勝つて居る、垢を落す事も日本手拭を用ゐても叮嚀に洗へば十分に目的を達する事は出來る。つまり何れてもよい事と成ります。併し以上は首より下の話て有りますが、面には手拭は用ゐぬ方がよい、それも只垢だけ取る目的ならば如何ても構ひませぬが、婦人の面は左樣のみは云はれませぬ、面の皮膚を細くする爲には手拭は用ゐないて柔い糠袋か自分の手て洗ふ方がよい、手て洗へば思ふ通りに洗ふ事が出來て極めて都合が好いのて有ります第三に何故湯に入らねば垢は落ちぬかと云ふ事を一寸述べて置きましやう、同じ樣に石鹼を以て洗ふのなら水て洗ふも湯て洗ふも同じ理てあるのに、實は水て洗つては一向垢は落ちないが湯て洗へば直に美しくなる。之れは明かな事てありまして皮膚には無數の小さい皺が有りまして垢や塵は小さき片と成つて此小さい皺の間に入つて居るので有りますから、皺が延びなければ垢は取れる事は有りません、そこて水て洗ふ時は如何かと云ふと冷たい爲めに皮膚は收縮して仕舞つて皺は益々深く成つて仕舞ふ、其上を水をつけたり石鹼をつけたりして如何程ごし／＼洗つても無益てあります、之れを湯につければ其溫みの爲めに皮膚は延び廣がつて皺が無くなる、其所へ石鹼をつけて洗へば垢は少しも殘る事は出來ませぬ。だから入浴した時にも其理を考へねばならぬ、先湯に入つてよく全身を溫めて然る後に石鹼を用ゐて洗はねば無効て有る、小さい浴槽等て人の多い時に他の人が前に入つて居るから自分は先づ槽の外てよく洗つて、其後人の出た時に入つて溫まつて上ろうと云ふ人が有りますが之れは全く無意味て有りま

す、洗ふ時に皺の奥に潜んで居た垢は湯につけられて笑つて居るてしやう。

第三十五　浴後の注意

浴後十分身體が乾かない間に汚れた肌着や臭い足袋を着ける程氣持の惡い事は有りません、汚れた物を着る事の惡いのは勿論て有りますが、身體を十分に拭ひ取ると云ふ事も是非怠つては成りませぬ、入浴に用ゐたる細い手拭て拭はうとするから十分にふき取る事の出來ない譯てあります、浴後には是非別に乾いたタオルを備へて置いてそれて十分に拭ひ去る樣に致し度いもので有ります、ぬれた儘て肌着を着ると肌着の濕る爲に何時迄も氣持の惡いものてあります。次に注意する事は爪を剪る事て有ります爪は何時切ても宜い樣なものては有りますが、何時か切ろう等と考へて居るとつい機會が無くて長く延びる迄棄て置く樣な事に成つて宜しく有りません、浴後は爪が柔く成つて居るから剪るには大變便利て有りますから常に此時に剪る樣に癖をつけて置けば面倒なく行なはれます、大體爪と云ふものは長く成つて始めて剪るので無くして、長く成ら無い樣に度々切るべきもので有ります、足の爪はまだよいとしても手の爪は延ばして置く事は實に危險て有ります吾々の病氣を人に移したり移されたりするのに爪程大なる關係を持つて居るものは有りません、種々の病毒に觸れても外の部分はよく洗へば取れますが爪の間に入つたのは取れにくい、人は手を洗つても此所迄は注意せぬ、だから爪の間には常に無數の黴菌が住んて居るので有ります、此恐ろしい爪を持ちながら平氣て食物を攫んだりするので有りますから實に危險て有ります、常に爪を短く切つてだにあらば此危險は餘程避けうる事となるので有ります。

第三十六　入浴の功果

吾人日本人が入浴によつて得て居る利益は實に非常なもので有ります、今只其二三を擧げて見ましやう。第一は運動で有ります、日本婦人が若し西洋の人の樣に月に一度位しか入浴しなかつたとしたら日

本婦人の健康は實に恐るべき物であるに相違ありません、前に申しました如く日本の女は別段運動と云ふものは無いので有りますから、深窓の處女や大家の奥樣等で臺所の用事もせず滅多に庭へも下りて來ない樣な人には入浴と云ふ事は實に唯一の運動で、此御蔭で命を續けて居ると云つてもよい人も無いでは有りません。入浴する位はさしたる事でも無い樣ては有りますが決して左樣て無いので湯に行けば各自美しく成ろうと云ふ希望で盛に洗ひ立てるのであるから隨分烈しい運動をする、其上入浴の時の運動は局部の運動では無く、全身を動かすので有りまして、且つ誰も皆湯に入つて心身爽快に成つて居て運動するので有りますから、運動に必要なる條件は多く備へて居るので有ります。日本の婦人に入浴と云ふ事の有るのは實に天の與ふる恩惠で有ります、又之れも自然の要求の結果で有りましやうが一體日本の婦人は非常に長湯をする、之れは化粧をする爲に時間を要するのでも有りましやうけれど、それにしても隨分悠々と入つて居る、洗つては湯につかり溫まつては洗ひ、何時迄も盡きざる有樣で笑ひ興じて居る、之れてこそ今迄健康を保つて居たので有ります。第二は淸潔の點で有ります、支那では湯に長く入らぬのが自慢で垢がたまる程寶がたまると云つて喜ぶんだそうで有りますが、道理で實に不潔である一種の臭味が有つて近寄られない、日本の女とは大變な相違て有ります。又西洋諸國はあれ程文明開化の土地であるに入浴する事が少なくて月に一度位だと申します、だから西洋婦人は一見甚だ美しく見えて、白き鮮かなる洋服を着たる姿などは餘程さつぱりしてよく見えては居ますが、實は身體は日本人に比較すると大變不潔なものだそうでありまして、其證據には西洋の女には腋臭のある者が大變多いさうて有ります、成程外から見える處は美しく洗つてありますが全身の入浴をしないから腋下等には氣の附かぬのは無理も無い事で御座います。又入浴の爲めに只淸潔に成ると云ふばかりては無く全身の垢を

落す事が健康上に大に關係が有る、人間の皮膚は只體を包んで居ると云ふのみならずして諸種の作用を營んで居る、其内でも汗を出す事や呼吸する事は殊に必要な事で有ります汗を出すのは排尿と全く同じ事で有つて體内で仕事をして不用に成つた有害の物を體外に排出するので有りまして、呼吸作用は口から呼吸するのと同じ作用を皮膚表面の小さい孔から四時營んで居るので有ります。然るに入浴しないで居ますと内から出る汗と外からたまる垢とが一緒に固まり附いて其爲に最早内から汗の出る道も閉され呼吸の孔も塞がれると云ふ理屈に成る、早い話が膀胱と肺臓とが同時に無くなる樣な譯で有りますから健康上非常な障害を來す事は明で有ります。第三には血液の循環の好く成る事で有ります、體内の凡ての器官は其機能を敏活に行なうには血液が十分に來て呉れねば思ふ樣に出來ない、血液が停滯して居る樣では困るので有ります、ところが入浴すると、其溫度の爲めや運動の爲め等で血液が盛に活動して循環が甚だよく成るから各々器官が皆其恩澤に霑ふて仕事が活潑に成つて來る、之れも健康上非常なる影響で有ります。今一つ大なる功果として擧げねばならぬのは、第四に精神上に及ぼす影響であります、入浴する事程小さい價を拂つて大なる精神の快樂を得るものは有りますまい、湯に入ると實に何とも知れぬ程愉快に成る、凡ての勞れがいやされ、凡ての苦が取去られる、何だかくよ／＼心配して居た煩悶も一度の入浴を以て直に解決された樣に成る、實に驚くべきもので有ります。之れ即ち前に述べました通り運動はする、體内から出た害物は取去られてさつぱりする、溫かな湯に入つて氣持はよくなる血液の循環がよく成り器管が敏活に成ると云ふ樣な事が集まつて精神の上に非常な愉快と滿足とを與へるので有ります、私の知て居る老人に極めて氣の短い頑固な氣難しい人が有りまして常に家族が困つて居ましたが、時々それが烈しく成つて家族の誰彼と無く當りちらして來る時に、皆が色々とすかし

すゝめて湯に行かしめる樣にして居ましたが、湯から歸つて來ると全く別人の樣で鼻歌でぶらりと歸つて戯談を云ふと云ふ樣な次第で、其日は一日上機嫌であります。記せばまだ有りましやうけれど之れだけでも入浴の利益は大したもので有ります。今入浴の話の序に婦人の

○○○第三十七　毛髮を洗ふ事○○○○○○

に就いて一言して置きましやう、日本の婦人は近來は西洋風の束髮が流行して來ましたから、洗ふ事も餘程注意せられる樣に成りましたが、髷に結ふて居た間は滅多に洗はない人が多かつた、之れは頭の爲めに甚だ宜しく有りません、髮は長く洗は無いで置いて、其上に刺戟の強い臭い油をつけて髮を固め強く引締めて結ふて置くのは毛の爲めに甚だ有害な事て有ります、毛髮は是非少くとも二週間に一度位宛は洗ふ樣に致し度いもので有ります。又洗ふにも從來は、ふのりだのうどんこだのを用ゐて洗つたものださうてすが、之等は却て不潔て有ります、常に度々洗ふ樣にして餘り強き油等を用ゐさいせずば其樣な物は用ゐずとも湯で洗つて澤山で有ります。其湯には前申した樣に矢張軟水を用ゐる事は勿論て有りますが、温度は餘り熱湯では害が有りますから生温い位の湯にして用ゐ、湯てうまく落ちぬ時は生玉子を用ゐるのが適當て有ります。次に毛髮の平常の注意で有りますが、髮を結ふにはあまり固く結ばない樣にし、梳く時にも餘り強く刺戟せず、梳櫛も目の細きに過ぎぬ樣に注意し、其他の櫛も木製のよりは成べく角か護謨製のを用ゐた方が適當て有ります。又雲脂が出て困る時には、櫛で盛に梳く人が有りますが之れは無意味て有ります、大體雲脂と云ふのは頭の皮膚が落屑するので有りますから、いくら梳いても梳けば梳く程其刺戟の爲めに新しく皮膚が落屑し來るばかりで決して止まるものでは有りませぬ、此時に適當は方法はアルコールを雲脂の出る處へ一面にすり込んで置くので有ります、アルコールは揮發性のもので有りますから冷て氣持のよいの

みならず雲脂のとまる事は妙で有ります、併し注意せねばならぬ事はアルコールは燈火用のものは石油を混じて遷て居ますから、藥種屋で求める時に注意して飲料のアルコールを求めねばなりません。又毛の脱落するのも矢張雲脂が原因に成る事が多いので有るから其時にもアルコールを用ゐてよいので有ります、それてとまらずに頻に毛が脱ける樣ならば早速皮膚科の醫師に見せねばなりません、早く治療すれば譯も無くなほるもので有ります。

人體の武裝（續き）

K、K生君

バクテリアが、吾々の體内に入つて參りまして、病氣を引起しますのは、畢竟バクテリアと身體との戰爭てあります。元來戰爭といふものは、よく／＼の場合てなければ出來るものてないのは、今日の社會を一寸見渡したら分る譯てあります。まあ大抵の事は、成るべく丸く治りをつけて、血を流したくないのが人情てあります。人間の身體ても其通りてあります。態々戰爭にまて爲て仕舞つて、餘計な骨を折るのも策をえたものてはない。それだから、成るたけ喧嘩をこしらへまいとして居るのてあります假例又戰爭となつて仕舞つた處て、どうか手輕に事が濟む樣にと勉める形跡は歷々たるものてありますそれて、前號の終りに申した樣に、バクテリアに對する身體組織の働きにも、種々な程度が生じて來るやうな譯になるので、つまり造物主の考へて置いた設備萬端は、吾々の人情と甚だしく驅け隔つたものてない事が明白に分るのてあります、まづ

（二）バクテリアの組織内侵入を防ぐのには、塵芥等の侵入を防ぐ設備とほゞ同樣な仕掛を運轉させるのであります。バクテリアといふ奴は、餘程物好きなものと見えまして、如何にかして吾々の體内にもぐり込みたいと念願をして居る樣子てあります身體の中

に何の樣な名所があるのか、何の樣な面白い見せ物があるのか、或は何の樣な儲け口があるのか知らないけれども、兎に角身體の附近へ接近して來たバクテリアは、どうにかして這入りたい、もぐり込みたいと一心になつて隙を見て居るのである。運動會などへ行つて見ますと、柵の外に立つて、入りたさうに覗いて居る子供がありますが、バクテリアの樣子は、一寸まあそれに似たやうな譯であります。這入つて來ると時々大仕事をやらかすので有ますから或は目的があつて狙つて居るのぢやないかしらと思はれる位である。併し之は單に吾々の想像でバクテリア如きに何の精神もあらう筈はないと思ひます。

處で人體の方では、オイソレと、すなほに、飛び込ませないのであります。人體の柵はなか／＼堅固であります。此柵を皮膚と申すのでありますが、其構造を見ますると石垣の樣にギシ／＼と積み重ねた細胞は、幾十の層を造つて居りまして。バクテリアが何れほど小體であるにせよ、なか／＼以て通行させる事ではありません。只萬一小さな創傷でもある時に、バクテリアが丁度その處へ落ち込んで來たとしますると、バクテリアに取ては此上もない幸福で百年の宿願が一時に成就される事になるものであります。これは、組織の方が常態を失つて、極く抵抗力の弱つて居た場合であるから、止むを得ない事であります。それでありますから、創傷は小さくても、餘り馬鹿にしないで、バクテリアの這入らない樣に手當をしなければなりません。

粘液が口、鼻、胃食道、胃腸、氣管その他の處の粘膜から分泌されまして、外から來る塵芥を包んで體外に運搬して仕舞ふ事は、既に申し述べて置いた通りでありますが、同一な作用は、バクテリアに對しても行はれてゐるのであります。又呼吸器官にある**纖毛**も塵芥掃除に大功のあるものでありまするが、バクテリアに對しても矢張り同樣でありまして朝、寢起きの際の咯痰に、樣々な塵芥と共に、前日に吸ひ込んだバクテリアが、咯出される事のあるの

は、疑ひもない事であります。

○○胃液の中には、游離の鹽酸が少量に含まれて居ります。これは肉類、魚類その他の蛋白質食料の消化には、勿論主なる役目をなすものでありますが、その外に、胃の中で殺菌性の作用をするといふ大切な役目をも有つて居ります。胃が確かに働をして居れば、有害なバクテリアが入つて來ても、殺菌されて仕舞ふのは事實であります。有名な衛生學の泰斗ペッテンコーフエル先生は、自分でわざとコレラ菌を呑んだけれども、何ともなかつたといふ事であります。

粘液の作用は、只にバクテリアを包み込んで仕舞つて、組織内へ這入れない樣にするといふ事だけではありません。粘液の中には、バクテリアに都合のわるい一種の物質があるらしく、又粘液は、バクテリアの發育するには不都合な培養基であります。その樣な譯ですから粘液中に封じ込められたバクテリアは、自然自滅すべき狀態にあるものであります。

口の中で、コレラ菌、化膿菌等が漸々其毒を失ふ事も實見せられて居りまするし、婦人の膣内で夥多に進入して來るバクテリアが、その粘液のために撲滅されて仕舞ふといふ事も、確實な事實であります。斯樣な譯で、たとへ病源菌があつたらうと申しても何時も病氣が起るとは限らないのであります。皮膚も粘膜も壯健で異常がなければ、大抵は大丈夫であります。

創傷があるにしましても、最早や數日を經たもので、下からは鮮紅色の肉芽をあげて來て居るといふ場合には、バクテリアにしてやられる恐はない、斯ういふ肉芽が破れて出血する時、若くは全く新らしい創傷が出來る際に於て、傳染の危險があるのであります。

口を大きく開いて鏡で見ると、咽頭の入口の兩側に、桃形の小なる物體があります、之を扁桃腺と名けるのでありますが、種々なる傳染病のバクテリアの入り口となるといふので、近來八ケましい問題に

なつて居ります。これも傳染でも起すといふ時には幾分か異常を生じて居るのでありませう。兎に角咽喉部に痛みがあるといふ樣な時は、何等かのバクテリアの來て居る時、或は特に入り易くなつて居る時でありますから、充分に含嗽をして害を防がねばなりません。

二、範圍の制限、右の樣な色々な設備も、固より一點の批難なき程に完備したものではありません。處々に手ぬかりがありますから、何處かしらを如何にか胡麻化して、バクテリアの人體内に侵入する事があります。或は又小さな創傷でもあれば容易く入り込むのは當然であります、さうすれば、組織とバクテリアとの間に、一定の戰爭の始まるのは既に申した通りであります。併しながら、身體組織の方では、成るたけこの騷動を廣げずに濟ませたいと勉めるのでありまして、バクテリアが組織の中にヤット落ち着き、これから追々同勢を增殖して、大に爲す處あらんといたしましても、此方は此方で、極力妨害を爲やうと勉めるのであります。バクテリアの繁殖は、身體の**生活力**と稱する一種の不思議な力、並に組織内にある特種の物質のために妨げられるものと見えます。

體内に侵入したバクテリアの深入りを禁じ、又暫時の後にこれを撲滅して、其毒害の慘禍を防ぐ作用については、バクテリア侵入の場所に蝟集して來る一種の細胞が、大なる功勞を有して居るのであります。此事も塵芥掃除の時に少しばかり申して置いたのでありますが、彼の游走細胞と同樣な譯で、入り込んだバクテリアを捕へて食べて仕舞ふのであります。それだから**捕食細胞**と名をつけても宜しいのであります。切創、刺創その外の色々な創傷、或は膿汁をもつ「デキモノ」などの際には、この細胞が許多に集合して參るのであります。何處から來るのかと申しますと、大體創傷或は「デキモノ」のある部分の血管から這ひ出して來るのでありまして、捕食細胞の前身は、血液中の**白血球**であります、血液中に赤

血球と白血球との二種の血球が存在して居る事は定めし御承知でありませうが、その中赤血球の方は、主として身體の營養を司つて居る賄ひ役であります。或は牛乳配達、ソップ配達若くは辨當屋などに比較する事が出來ませう。白血球は之と趣を異にして居ります。同一の血管內を循環はして居ますもの丶、赤血球に較べると進行が極めて徐々てあつて、ブラリ／＼と四邊に氣を配つて歩いて居る樣子であります。丁度警察官が、掏摸、窃盜、强盜、無頼漢、醉漢、色々な厄介者を、若しや居たならばと注意しながら巡廻してゐる有樣に似て居るのであります。それ故に、小さな創傷でもあつてバクテリアが入つたといたしまするると、直ぐに血管から這ひ出して其場へ驅け付けて參るのであります。血管は身體到る處、毛細管として澤山にありまして、白血球の數も全體ては相應にあるのでありまするから、この創傷の周圍には、追々と多數の白血球が集つて參ります。尚一層多數の白血球を召集するためには其附近に來る血液が多くならなければなりません。此充血のために、創傷の周圍が一面に深紅色になります。血液の澤山になるため、或は又は白血球が澤山に集まつて來たために、其部分は自然腫れ上り、又温度も增し、皮膚は緊張するものであるから、疼痛が出て來るといふ樣な順序になるのであります。此狀態を一般に炎衝或は、焮衝と申しまして、身體に起つた火災であるといふ意味の名稱であります。

即ちバクテリアが、人體に侵入しますと、間もなく其部分には火事が起つた事になるのであります。白血球は、この際消防夫の用を致すものでありまして、わき目もふらずに火事場へ躍り込て、ズン／＼バクテリアを喰殺し、以て消火に盡力するのであります。この働は心地よき程勇ましげなものであります。何故なれば、かくバクテリアを喰つた白血球は、皆當然討死すべき運命を有つて居るのでありますから、始めから決死隊として來た勇士と見てやらねばなりません。この討死した勇士の死屍は、所謂

膿球でありまして、顯微鏡で見ますと、膿汁の中には、數個のバクテリアを抱いて居る白血球が夥多に存在して居るのであります。膿汁は汚穢いものには相違ありませんけれども、只だ汚穢いと見たゞけでは、餘り情ないのであります。勇士が遠征して、再び戀しい故郷に還る事が出來ない樣に、美事に討死した形骸だと思つて、多少尊敬の意を表はさなければなりません。

消防夫の働きて、火事は漸く鎮まつたが、火事場がその儘ては困る譯であります、それて灰掻きやら地ならしやらの後片付は誰がするのかと申しますとこれも矢張り白球血がする事になつて居るのであります。

白血球といふものは、町の掃除人になつたり、樣樣な人足になつたり、巡査になつたり、消防夫になつたり、骨の折れる仕事ならば、身を惜まずに何てもやるといふ有がたい者てあります。

白血球が如何してバクテリアの居る處を嗅ぎつけて寄つて來るのか、これは面白い問題てありまするが、餘り學問的になりますから、お話しせずに措きませう。

〇〇〇淋巴腺が、濾篩又は濾過の樣な作用をする事は、前にも申し上げたのでありますが、バクテリアに對しても同樣な事があります。手の先に創傷が出來て肘又は腋下の淋巴腺が腫れたり、足の創傷で股の腺(鼠蹊腺)が腫れたり、咽喉加答兒又は蟲齒のために頸腺が腫れたりするのは、畢竟病毒を、これより先へ遣るまいぞといふ仕掛に外ならぬのであります。

バクテリアが、人體組織の中で繁殖するのを妨害するのには、右に申し述べました捕食作用よりも、組織内に溶解してゐる一種の化學的物質の方が更に有効であります。非病菌は、組織内に注入しても、間もなく死滅して仕舞ふのでありますから、何でも組織内には、バクテリアに有害な一種の化學的物質があつて、多數のバクテリアは、このために撲滅されるものと考へねばなりません。又破傷風、ヂフテ

リア、コレラなどの病源菌でも、始め侵入した部分だけで繁殖して、それも暫時の後には自然死滅するのでありますから、病源菌に向つても、組織は或る有害物質を有つて居るものと思はれるのでありますが、斯かる物質は、バクテリアの侵害を受けた際には、殊に其量を増し従つて作用が一層強くなるのでありります。



夜尿症の話

醫學士　河野衛君述

夜尿症（寢小便）といふ病氣は世間に中々多くあるものでありまして小兒科醫は屢々之れに出逢ふものであります、夜尿症は、外の病氣とは其趣が少し く違つて居りますから、兩親は固よりの事、敎育者も充分に其何たるを承知して之れを敎育し矯正する事を勉めなければなりませぬ、それで私は夜尿症に就いて、少し御話し致そうと思ふのであります、敎育者なり、兩親なりが、此病の事を正確に承知して居ないが爲めに、夜尿症に罹つて居る小供の多くが、嚴しく叱られたり、罰に處せられたりする事は中々に多いのでありますけれども、殘念な事には、其小供の取扱方が全く間違つて居るからして、効果は、中々に擧らなくて、依然として、夜寢褥が濕つて居るのであります。

夜尿症といふものは多くは、二歳から八歳の小兒に來るもので、大抵は、夜床に就いてから、知らず識らずに、小便を漏らすのを謂ふのであります、そうして毎夜起るのもありまするし、或は、一週の間に、數回起るのもあつて、一樣ではありませぬけれども多くは、毎夜小便を漏らするものであります、

或は夜分のみでなく、晝の間にも知らず、識らず小便の漏れる事もあります。

夜尿症は、二歳から八歳の小兒に多いと申しましたが、時としては、八歳以上の小兒にもあり、十五六歳になつても止まぬものもあり、三十歳になつても寢小便をするものもあるのであります、そうして、女の兒よりも男の子に多いです、小便が知らず、識らずの間に、褥中に漏れるのは、夜分寢還つてから、暫くして起り、或は、朝方になつて、始めて小便を漏すのもあります、それでありますから、最もヨク寢還つて居る時と、それから膀胱に小便が一杯滿ちて居る時とに、一番ヨク小便が漏れるのであります。

夜尿は、頑固で、數年も續く事があり、或は十五六歳迄も續き、或は一旦治つて居たものが、精神の感動であるとか、寒冷であるとか、或は胃腸の病氣とかいふものに出逢つたが爲めに、再發する事があります、時としては、突然と止つて了つて、根治する事もあります。

夜尿症に罹つて居る小供は、多くは、身體が虛弱でありまするが、時としては、全く健康で丈夫に見える事もあります、夜尿のある小兒は多くは、神經質であつて、氣嫌が良くなくて、鬱ぎ込んで居ります、中には、夜尿をした爲めに、小供自身にも氣が附いて、非常に不快に感じ、親からは、彼是小言を言はれ、之れが爲めに、自然と意氣の揚らぬものもありましよう。

夜尿は、實に不快なる病でありまして、兩親は非常に心配し、色々な八ケ間敷い事を言ふて、叱り附けて、ドーカして此れを矯正したいと骨折り、小供も、非常に之を氣にして、居るけれども、ドーしても效果が擧らぬ所から、遂に醫師の門を叩くのが中々に多うあります。

他の病氣と趣が違つて、夜尿症に罹つて居る小供は、醫師に診て貰ふ時にドーカして、治して貰ひたいといふ心を持つて居るものであります、時とし

ては、小供の口から、如何樣にしても、治して下さい抔言ふのを聞く事があります。

それ故に、夜尿症の問題は、一面教育の方面の問題であります、兩親、教育者は此問題に、耳を傾けなくてはなりませぬ。

一體排尿といふ作用は、反射的に起る現象でありまして、皮膚の神經が少し刺戟せられても、或は身體に溫熱、寒冷のやうなものが働いても、反射的に知らず識らず、尿を漏らすものであります、それ故に、湯に入つて居る時抔に、尿意を催うして來る事は、屢々見る所であります或は心配のある時にも、尿意を催す事があり、小兒は、泣く時にヨク小便をするものであります、然るに段々小供が生長して來ますと、此反射的に排尿するといふ事が無くなります、けれども二歲以後の小供で、少しの刺戟の爲めに尿意が起つて來て、知らない間に、尿の漏れるのを、遺尿、夜尿といふのであります。大人であつて夜尿し、而かもそれが小供の時から續いて居るのでなくして、大人になつてから、起つて來たものであるときには、其原因は色々でありまして、例へば、酒を多量に飲んで、膀胱の中に、尿が滿ち切つて居る場合とか或は、非常に熟睡した時とか、或は泌尿生殖器に病氣があつたり、若くば、腦脊髓に病のある時に起るものであります。

膀胱は、腎臟より來る尿を集めて是れから、尿道を經て尿を排出する器關であります、膀胱には、利尿筋といふのと、括約筋といふ二つの働きある筋肉があります、括約筋と申しますのは、膀胱を閉ぢる働きのある筋で、此作用あるが爲めに、膀胱の中に、尿を集めて置く事が出來ます、もしも此筋が麻痺して、用を爲さぬ時には、尿は、膀胱の中に溜る事が出來ないで、四時外に漏れ出る譯でありますけれども、平素はヨク閉ぢて居りますから、膀胱に尿が溜る事が出來ます、それから、利尿筋といふのは膀胱の中にある尿を外に排出する作用のある筋肉であります、それ故に、尿が膀胱に滿ちても、平素は

或一定度迄は、括約筋の働きで、保留する事が出來ますけれ共、遂には此利尿筋を刺戟して來ますと最早膀胱の中に、尿を止めて置く事は出來なくなつて來ます、玆に於て排尿といふ作用が起るのであります、併し一定の程度迄は、膀胱の中に尿を留めて置く事が出來ます、前に述べた利尿筋が、もしも刺戟せられて居る時には、隨て尿を度々排出せられるものであります。

夜尿症の原因と其處置

夜尿症は、一體何故に起るものであるか、其原因といふ事になると、甚だむづかしい問題であります、是れは只今の處では到底充分に説明をする事は、出來ませぬけれども、最も多い所の原因に就いて少し許り申し述べて、併せて夜尿症に對する處置の上に於て人々の注意すべき事柄を御話し申さうと思ひます。

メンデルゾーンといふ人の說に依ると、夜尿の原因を、膀胱括約裝置―膀胱の中に、尿を久しく保留する働きが弱くなつて居るのであらうと言ふのであります、それで膀胱の中に、隨分小便が溜つて、利尿筋が刺戟せられても、晝日の醒めて居る間は、意志の働きで、括約筋が充分に働いて居るから、知らす識らず小便の出るやうな事はないけれ共、夜中より眠り込んで居る間には、括約筋が充分に働く事が出來ぬからして、利尿筋が刺戟せられると、小便が漏れ出るのであらうと、斯う言ふて居ります、其外に、或る病の爲めに、反射的に利尿筋が刺戟せられる事もあります、要するに夜尿の原因は極めて錯綜して居るものでありますから、是れから、最も屢々原因となるものと言はれて居るのを述べて見ましよう。

膀胱に一種の痙攣があつて、それが爲めに夜尿を起すといふものがあります、一體小便が膀胱に溜ると、其出口の方を刺戟するものでありますから、遂に利尿筋を刺戟し、膀胱の收縮を來し、そうして自然と尿が搾り出される譯であります、それ故に、斯

ういふ場合には、足の方を高くして寢たり、或は横向きになつて寢ると、小便が溜つても直接に、膀胱の出口の方を刺戟せぬから、都合が宜しいといふ人があります、それから又、夜分に度々時間を定めて、寢て居る小供を起して夜尿を防ぐのも宜しい方法であります。

それから、前にも申しましたやうに、寒冷が働くとか、溫熱が働くとかすると、是れも夜尿の原因になります、この外生殖器の病氣のある時にも夜尿を起します、それ故に、先づ此等の病氣を治療するのが大切であります、寒冷溫熱の働くのを防ぐには、夜分寐る時に、あまりに布團を澤山掛けぬやうにするのが必用であります、或は小便の性質が變つた爲めに夜尿を來す事もあります。

それから、異樣に深く眠るのも、夜尿の原因となりますから、此場合にも時々規則正しく、目をさまさせるのが必用であります。

それから、諸般の刺戟を避くる爲めには、飲食物に制限を與へる事が甚だ肝要であります、例へば、茶とか珈琲とかいふものは、刺戟性の品でありますから、此れを全然與へてはなりませぬ、キューネルといふ人の言ふ所に依ると、食物は植物性のものが宜しい、多くの母親は、液體を多く飲むといかぬから、飲みものを制限した方が宜しいといふが、實際小便が少くなつて、通常よりも濃くなると、之れも夜尿の原因になるから、必用に應じて、水や牛乳のやうなものを與へた方が良い、但し之れは規則正しく與へ、夕刻には其量を少くした方が宜しいと言ふて居ります、それ故に、無暗に、液體を與へない時には、小便が濃くなる事があるから、晝の間は必用丈けは與へて、夕方になつてから、其量を減じた方が宜しうあります、あまり鹽の辛い食物を與へると自然渇いて來て、水を多量に飲むやうになりますから、鹽辛いものを與へないやうにしなくてはなりませぬ、其外辛味酸味等凡て刺戟の強い食物は與へてはいけませぬ、それから、夕飯には、可成食ひ過ぎ

ぬやうに氣を附けなくてはなりませぬそれから、兒童の精神に故障があつたり、或は身體の方に申し分のある時にも、夜尿の原因となる事があります、それは佝僂病貧血、といふやうな病それから、神經質の素因を持つて居るものには、夜尿が多くあります、其中でも白痴の小供には此の夜尿が中々に多いものであります、矢張り此場合にも、夕食を多食しないやうにしなくてはなりませぬ、その外に、液體を多く飲ませないやうに注意し、夜寢てから、時々規則正しく目をさまさせる事をするのであります、斯ういふ小供には、八ケ間敷言ふて教育するのは宜しくありませぬ、精神の發育の劣つて居る小供を、目がさめて居ても、床の中で、尿を漏らし、或は夢を見て放尿するのであります。

癲癇のある小供にも、夜尿のある事がありますヒステリーに罹つて居るものにも、夜尿が中々に多く顯はれて來るものであります。

それから、神經の弱い素質を遺傳して居るもの、即ち神經病の素因のあるものは、膀胱の力も弱く、身體全部の神經の働きが、衰へて居るから、膀胱の筋肉も其働きが充分で無い所から、夜尿症を起すものであります、斯ういふものには、身體を丈夫にする事を勉め、特殊の醫治を施すのであります。

その外鼻や咽喉の病氣の爲めに、呼吸が妨げられ、その爲めに、夜尿を起す事もあると言はれて居ります。

又前にも申しましたやうに、生殖器の病氣の爲めに、夜尿を見る事も中々多うあります。

夜尿症に就いての一般の注意を申し述べますと、身體の虛弱なるものは、强壯にする事を勉めて冷水て身體を拭ふ方法を規則正しく毎日行ひ、食物も、香の强いものであるとか、鹽の辛いもの、茶珈琲杯を禁じ、液體を多く飲ませぬやうにし、消化の良い、滋養食を與へる事を計らなければなりませぬ、そうして日常の生活は一層規則正しくするのであります。

臥床は、あまり温か過ぎぬやう、又あまりに軟か過ぎぬやうに注意しなくてはなりませぬ。

それから、夜分は、時間を定めて、常に規則正しく喚ひ起して、目を醒まさせ、其都度排尿をさせる事をしなければなりませぬ、晝の間も、規則正しく排尿するやうに敎へるのが大切であります、又夜床に就く前に、充分に、排尿させるのであります。

夜尿のある小供に向つて、不行儀であるとか、惡習慣であるとか言ふて、嚴しく叱り附けたり、嘲つたり、嚴罰に處したり抔するのは、宜しくありませぬ、此れは一種の病でありますから眞面目に氣長く掛つて、矯正する事を計らなければなりませぬ。

大便の通じも必らず毎日あるやうに手當をするのを怠つてはなりませぬ。

其他規則正しく郊外に連れ出して、新鮮なる外氣の中に居て、身體運動をすのは甚だ宜しい事であります。

其外に夜尿の療法といふものは、色々にありますけれども、醫治に關する事でありますから、玆では申し述べませぬ。

要するに夜尿症といふものは、中々尠くない病氣で、誠に不快極まるものであります、其原因は、亦實に種々ありまして、療法も之れに應じて、色々にしなければなりませぬ、殊に生殖器其他咽喉や鼻の病等身體に病氣があるのが原因となる事もありまするし、それから、精神の方に申し分がある時にも起つて來ます、斯ういふ風に、夜尿の原因といふものは、誠に錯綜致して居りますから、是れは速に醫師の診を受けて、手當の指揮を受けなければなりませぬ、以上申し述べました所は、此意味を大略申し上げ、そうして、一般の人の注意しなければならぬ事項と思つた事丈けを簡單に御話し申したのであります、前にも申しましたやうに、此夜尿症の問題を、醫師は固よりの事、其他に、父兄敎育者の大に注意しなければならぬ事柄と思ひますから、玆に少し許りの所丈けを申し述べたのであります。

講義

衛生學大要（承前）

醫學士　河野衛君述

衣服の濕潤する事

衣服の材料となる織物の纖維は凡て水を吸ふ性質を持つて居るものてあります、毛絲は此性に富んて居ります、けれ共織り上げた布片ては、其織目の間に液狀になつて居る水分を吸收する性を持つて居ります、此性質の最も尠いのは毛織てあつて、絹は最も此性に富んて居ります、前にも申しましたやうに衣服が濕ると、通氣が不良となり、體溫は傳導に依つて奪はれ水分の蒸發する爲めに、又體溫が奪はれます、フランネルは水て濕しても其の氣孔の閉塞せらるゝ事が尠うありますけれ共、木綿や麻になりますと、非常に氣孔が塞がれますから、不利益の點が多うありますそれからフランネルは濕つても、傳導に依つて體溫の奪はれる事も尠うあります、又毛絲は濕つても、彈力がありますから、皮膚に密着しませぬ爲めに、隨て溫の傳導も尠いのであります、然るに絹や麻は濕りますと、彈力を失ふて、皮膚に密着しますから、溫の傳導は益々盛んになつて來ますけれ共織り方に關係のある事で、縮織にしてあると皮膚に附着する事も尠いから、傳導の度は尠い事になります、それから前にも述べましたやうに、毛絲は一旦取つた水分を蒸發する事が弱うありますから、體溫も急劇に奪はれる事がありませぬ、それ故に雨の多い所ては毛織は大に利益があります、

衣服は體に出來る垢を取るものてあります、即ち吾々の皮膚からは、汗脂肪、等が排泄せられて、その上表皮細胞が剝げて、玆に垢を生じ、分解して臭氣を發し、皮膚の働きを鈍らすものてあります、衣服は此垢を拭ひ取る性を持つて居ります、此點に於

て木綿、絹、麻のやうなものは優つて居るけれ共、毛絲は劣つて居ります、

衣服の溫を吸收する事

衣服の溫を吸收する性質は、體溫の調節の上に甚だ大なる關係を持つて居るものであります、殊に夏の暑い時には、四圍の溫度が高うありますから、體溫の出て行く事が妨げられて居ります、此上に衣服が溫を吸收する時には、體溫が外に出て行くのが益々妨げられます、それで夏期に於て殊に注意しなければなりませぬ、一般に日光に當る時に於て、此溫吸收の度に注意しなければなりませぬ、そうして其溫を吸收する度は、布片の種類に關係する事は尠いけれ共、大關係のあるのは、色であります、その中て白の色は溫を吸收する度が最も尠うありまして、溫吸收力の最も強いのは黑色であります、今白を以て、溫吸收の度を一〇〇とすれば、黃色は一〇二、綠色は一二五、紅色は一六八鼠色一九八で黑色は實に二〇八であります、それ故に夏は白色の衣服を用ふるのでありまるす、

衣服の染色の事を序に申し述べますと、衣服の染料に用ふる品は有毒のものでは無論いけませぬ、此染料の中には、砒素、鉛銅のやうなものを含んで居る事があります、其他に種々な化學品がありますが、斯くの如き有害物で染めたものは、皮膚を刺戟し、時としては、吸收せられて中毒を起す事もありますから、襯衣は無害の品で染めたものを用ひなければなりませぬ、併しながら、其有害であるかどうかといふ事は一見して定める譯には行きませぬから、襯衣は白色なのが宜しうあります、色白であると汚れ目が早く見え、隨て度々新しいのと交へる利益があります、

衣服といふものは以上申し述べました如くに、人の體溫を維持し、寒さに對して、體溫を失はぬやうに、暑さに對してよく體溫を調節し、外傷に當らぬやうに身體を保護し、體の垢を取るものであります、そうして衣服と身體の皮膚との間には空氣があつて

衣服の質の中にも空氣を含み、此れが爲めに體温を保ち、且つ衣服には通氣といふ事があつて、衣服と皮膚との間の不潔空氣は、衣服を通して、外に出て、外からは冷い空氣が入り換つて來るのであります、それから吾々の身體からは、水蒸氣が出て、汗や皮脂が皮膚に出て來る、其他炭酸も出る、表皮の剝けたものも出來て來る、凡て斯ういふ垢を衣服が自己の方に取ります、それから衣服には外から付く塵埃や黴菌も居ります、肺結核の病人其他傳染病者の着て居る衣服には、病原菌が附着して居ります、その外衣服は濕潤するものであります、斯ういふやうな具合で衣服は段々と不潔になつて來まして、細菌が繁殖し、分解して臭氣を發するやうになつて、來ます、それ故に衣服殊に身體に直接に着けるものは、殊に屢々洗濯しなければなりませぬ、垢の附いたものを着て居ると寒く感ずるものであります、それ故に衣服は絶えず洗濯に注意しなければなりませぬ、

日本の衣服、は運動、勞働に適しないのは事實であります、今日では日本服を改良しようと言ふ人もあり、中には既に改良を行つて之を實行して居る人もあります、西洋の服は萬事に都合のヨイ様に出來て居りまして、甚だ實用向きであるのも事實であろうと思ひます、併しながら、一利一害のある、事で殊に衣服は住居、生活の狀況、社會上の有様と離るべからざる關係を以て居るものでありまして、日本の衣服にも、日本の社會の狀況に應ずるやうな美點もある事でありますから、將來日本服を改良せんとする人々はヨク日本社會の狀況を考へ、日本服の特徴を失はぬやうに、他國の長所丈けを取るといふ考へて、眞面目なる改良を計らなければなりませぬ、皆様の御承知の通り、西洋の婦人は、コルセットを篏めて、頻りと上腹部を小さくして居ります、それかれら支那の婦人は人爲的に、足を細くし、歩行の出來ないやうになつて居るのを上品だとして居ります、是等は實に非衛生的の甚しいものである事は言ふに及ばぬ所であります、幸にして我國では古から

人爲的に身體に向つて、斯くの如き事を行ふものが無くて、全く天然の美を保つて居るのは誠に喜ぶべき現象であります、但し日本服でも、帶を堅くしめるといふ事は極めて惡い事であります、凡て衣服はゆつたりとして居なければなりませぬ、小供の衣服で袖口の細いのをヨク見受けますが、之は改良してゆつたりした袖口のものにしなければなりませぬ、それから日本の上流の人は兎角小供に厚衣をさせる風習がありますが、是れは皮膚を弱くし感冒に罹り易くなり、延ひて病に對する身體の抵抗力を弱めますから注意しなければなりませぬ、

それから襟卷は或種の病氣の時の外は決して用ひてはなりませぬ、一體襟の所は體と衣服との間から溫まつた空氣が上つて來て、それて溫められて居りますから別に襟卷をして溫める必用は無いのであります、且つ四時襟卷をして居ると、抵抗力が弱くなりますから、容易に咽喉、喉頭の病を起しますその上襟卷といふものは、誠に不體裁なものでありまして、コタツに入つて居るのと同じやうに、人をして柔弱ならしむるものであります、殊に年の若い強壯な人が、寒むくも無い日、に襟卷をして居るものが今日は甚だ尠くありませぬが、是れは吾々の感服しない事であります、世間では之れを以て一種の裝飾の積りでやつて居るものも多いやうであります、是れは態々人爲的に皮膚の抵抗を弱めるのと同じ事でありまして、何の役にも立ちませぬ●役に立たぬ所では無い、有害であります、

吾々は八時間睡眠するとすれば、一日の三分の一は睡眠に費す譯であります、それ故に夜具に就いては、充分に衞生的關係に注意しなければなりませぬ、夜具は充分に溫かなものでなくてはなりませぬ、睡つて居る間は新陳代謝の作用が少くなりまして、其の爲めに溫の發生が尠くなつて來ますから、殊に溫くして置かなくてはなりませぬ、それから衣服と同じやうに、常に淸潔にする事を怠つてはなりませぬ、是れには敷布を用ひて、之れを屢々洗濯するのが便

利であります、布團の襟は、口がヂキに當る所でありますから、一層清潔にして置く必要があります、夜具は度々日光に曝すといふ事は極めて大切な事であります、それから布團は無暗に厚くすると、中の綿が強く壓迫せられた有樣になりまして、空氣を含む事が尠くなりますから、保溫の目的に適ひませぬから、薄いのを重ねる方が利益であります、

以上極く大略衣服の事を御話し申しましたが、流行と風習との爲めに、甚だ衞生的で無いものが多うあります、併し衣服といふものは、衞生上甚だ重要なものでありますから、此點に注意し、非衞生的な流行に從はぬやうに、敎育のある者は注意しなければなりませぬ、それから衣服は人の品格を保つ上にも甚だ重要なものでありまして、衣服の狀况を見ると、人格の或部分は大抵判斷の出來るものであります、私は誰でも質素な衣服を着けて、絹布纏ふべからず抔どいふやうな議論には贊成しませぬけれ共、滔々たる天下の士女が殊に中流以上の女子が流行を追ふて、一衣服を以て單に裝飾品と心得て一贅澤を盡すといふ事には贊成が出來ませぬ、斯ういふ風習は人を輕薄にし易いものでありますから、世に女子敎育に從事する人は、斯かる輕薄な風潮に從はぬやうに、敎育しなければなりませぬ、是れは話しが枝道に入りましたが、要するに衣服といふものは、上に述べましたやうに、衞生上極めて大切なものであるといふ事の御承知を願ひたいのであります、是れから、

沐浴

の事を少しく御話し申して置きましよう、我國は昔から沐浴の盛に行はれて居る國であります、是れは身體を淸潔にし、隨て健康を維持し、體に休養を與ふる唯一の良法であります、我國人の身體が外國人に比して淸潔なのは事實であります、皮膚は體溫を調節し、新陳代謝の機能を營むものであります、所が皮膚が不潔であれば、此等の作用が完全に行はれませぬから、種々な病の源にもなります、前にも

申しましたやうに、衣服は身體の垢を取るものでありますけれ共、是れのみでは不充分でありますから、沐浴の必用があるのであります、

沐浴は、第一に身體の垢を取り、血液の循環を佳良にし、從て新陳代謝機能を催進しますから、勞れを慰し、身體が爽快になつて來ます、沐浴をしますと內臟の方の血液が少くなつて、主に皮膚の方へ血液が集まつて來まして、温かく感じます、それ故に沐浴の後は體溫が奪はれ易うありますから湯に入つた後は往々感冒に罹る事があります、それ故に湯に入つた後は、身體を温く保つのが大切であります、湯に入つて風を引くといふのは、主に浴後の不注意から來るのであります、殊に小兒は、體溫を奪はれる事が大人よりも甚しうありますから、湯に入れる時には非常に注意しなければなりませぬ、浴場は殊に温く保ち、風の入らぬやうに造つて置くのが肝要であります、

西洋人は低い温度の湯に入りますが、日本の浴湯は、温度が高くて四十五度內外のものであります、あまり熱い湯は無論害があります、熱い湯に入るのがエライ抔と言つて、無暗に熱い湯へ我慢して入るといふやうな事は極めて惡い事であります、

冷水浴と謂つて冷い水を身體にそそぎ掛け、或は浴槽に冷水を入れて此中に入る法があります、是れは皮膚の抵抗力を增す法でありまして。誠に良い方法であります、冷水浴に慣れて居ると皮膚が强壯になりますから、容易に感冒に罹らぬやうになります、又此れが爲めに身體の血行が良くなりますから强壯になります、冷水浴の外には、冷水を手拭に付けて搾つて、是れで身體を拭ふ方法があります、是れも皮膚の抵抗力を强める効のあるものであります、

我國は昔から沐浴の美風のある國であります、此れは吾々の健康を維持し、之を增進する上に甚だ大切のものでありますから、此美風を失はないやうに勉めなければなりませぬ、

以上衣服沐浴の大體の御話しを致しましたから、是れから章を改めまして、

不潔物の除去法及び排水

の事を申し述べましよう、吾々は生活の爲めに色々な不潔物を産出します、それは大小便汚水、食物の不用品、掃除した汚物、諸工場から産出する不潔物道路の、塵埃、雨水、抔を指すのであります、斯ういふやうな不潔物を計上すると、中々大したものになります、水に就て申しますると、一日に一人の用ふる量といふものは中々大きいものでありまして、一人一日に百五十「リーテル」と定めてあつて、東京では百十リーテル横濱では八十リーテルと定めてあります、紐育ではズット多量で四百から五百五十リーテルの水を使つて居りますが、此の中で飲料に供する量は極く僅かなものであります、即ち平均一日に四リーテル位なものに過ぎませぬ、殘りの大部分は、市街の掃除であるとか、浴水であるとか、工業上の目的、市街の撒水、洗濯といふやうな種々雜多な目的に使はれて居ります、此多量な不潔物は、腐敗して色々な害を人に與へるものであります、田舍では人家が少くて、土地が廣うありますから、汚物の爲めに害を蒙むる事は比較的尠うありますけれ共、都會では人家が多くて、土地が狹うありますから、一定の方法で之を除去する事をしないと、大害を與へるものであります、傳染病の流行するのは、全く此の汚物の除去法が完全でないのに因るものでありまして、下水が完備してから、傳染病の尠くなつたといふ事は事實であります、人の排泄する不潔物の量は莫大なものでありまして、一年中に排泄する大便三十四「キログラム」尿四百「キロ」であると云事であります、そこで汚物は種類が色々でありまして、又其成分も中々複雜して居ります、要するに有機物、無機物、腐敗菌、病原菌を含んで居ります、此腐敗菌は、有機物、無機物を以て榮養としまして發育し醱酵を起し瓦斯を發生して空氣を汚します、病原菌といふのは化膿菌であるとか、「チフス、」「コ

レラ」赤痢「ペスト」菌のやうな種々のものがあります、病原菌は主に病人の排泄物から出て來るのてありまして、チフス菌のやうなものは、大便の中ばかりては無く、尿の中にも居るものであります、その外に汚物の中には下等の動物、植物、寄生蟲及び其卵抔も入つて居ります、以上の如き不潔物が溜ると此れが分解して空氣を不潔にします、即ち不潔の瓦斯が發生するからてあります、室の中が溫いときには、便所の方から、不潔な瓦斯が入つて、不快てあります、それから汚物が土地を汚すのは明かな事てありまして、地の中に入ると地底水を不潔にしますから、隨て井戸の水も不潔になつて來ますそれから傳染病の傳播を助けるものてあります、斯くの如くに汚物は大なる害を人に與へるものてありますから、常に人家から除き去る方法を完全にしなければなりませぬ、そうして大小便を集めて除去する方法は西洋には種類が種々ありますが、日本ては余程簡單に出來て居ります、是れから下水の事を少し申し述べて置きましよう、

汚水を去るには各々の家に通ずる管を地下に埋め各戸から出る汚水を集め、次第に大きな管に合流せしめて、之を排除するのてあります、東京抔て見るやうに、地の上に出て居る下水は中々充分に排除せられるものてはありませぬし、その上不快な臭氣を發し、汚水は地下に入り、甚だ有害てあります、東京には完全な下水といふものはありませぬ、此節下水工事を起すといふ事になつたそうてありますから、何れ完全な下水が設けられる事になりましよう、

斯くの如くに不潔な水、即ち家々から流し出す汚水それから工場抔から出る汚水それから雨水斯う云やうな不潔な水を一緒に集めて、人家から遠ざかる裝置を暗溝と申します、そうして糞便と共に汚水を去る裝置を洗除暗溝と申して居ります、さて此暗溝を造るのは、主に煉瓦石を以てしてあります、鐵管を使ふと、不潔物の中に含まれてある色々な物質の

爲めに鐵が腐蝕せられますからして、此場合には鐵管を用ゆる、譯には參りませぬ、

さて此の暗溝を設くるに當りては、色々の注意を要する事でありまして、地の底に管を埋めるに就ても自然に汚水が流れて、決して途中に停滯するといふ事の無いやうに、傾斜を加減し、それから管の大さ等も太きに失せぬやう、細きに過ぎぬやう、それから下水を河に導く方法にあつては、河の大さ、流れの遲速といふやうな事柄に注意し、管を埋める深さ其他色々の注意が必要でありますけれ共、其詳細な事は玆に略して置きます、

斯くの如き仕掛けて集めた下水の中には、浮遊して居るものでは、有機物、無機物があり、水の中に溶けて居る成分では、窒素、「クロル」硝酸、有機分抔を含んで居ります、

細菌は非常に澤山居りまして、獨逸ミユンヘンの下水には一立方仙迷の汚水の中に、黴菌の數が二十萬、伯林のは三千八百萬、フランクフルトでは三百萬もあるといふ事であります、此れを除くといふ事は、非常な大問題であつて、衛生上重大な問題であります、

そこで下水を處置する一番簡單な方法は、之を大きな河へ導くのであります、河水の流れる速度が小さいと、汚水が停滯して、臭氣を發し、衛生上甚だ不都合でありますからして、河水の流れる速度は充分に大きくなくてはならぬ、通常一秒間に一「メートル」以上の速度で以て流れる河でなくてはならぬといふ事であります、もしも河水の流れる速度が遲いときには、下水の中に含まれてある色々な不潔物が河の兩岸、河の底抔に附着して、分解し、河水は惡臭を放ち非常に不潔になります、嘗て倫敦で「テームス」河へ汚水を排除した事がありますが、河の流れが遲い爲めに汚水の不潔物か停滯し非常な惡臭を放つた事があつたといふ事であります、斯くの如くに、不適當な河に汚水を流しますと、河に居る魚類も死滅し、その近傍の土地は臭氣の爲めに、居住

する事が出來ぬやうになつて來ます、或はその爲めに、傳染病の流行を來す事もあります、河水の流れが早いときは、酸化が起つて、不潔物も淸潔にせられるものであります、前に申し述べた事があります如くに、一體河水には自淨作用といふものがありますからして、流るゝにつれて空氣に觸れ酸化作用が行はれ、又水の中に溶けてある物質は不溶解の物となつて下の方に沈澱し、又河中にある種々な微細生物は、不潔物の有機分を取つて自己の營養とする抔尚此外にも吾々の未だ知らない色々な原因があつて、兎に角汚水の入つた河水は淸潔にせられるものであります、それ故に獨逸ミユンヘンの「イザール」河は非常に河水の流れが早うありまして、下水を流す口から三十「キロメートル」を距つた所の流水を調べて見るに、水源の水と其成分が違つて居らぬといふ事であります、それから河水へ汚水を排除する時には、河の水も多くなくてはなりませぬ、即ち汚水を充分に稀釋する丈けの水量が必要であります、又下水の中に微細生物を殺すやうな物質があると、河水の自淨作用を妨けます、

之を要するに、各家より出す汚水を、地下の管を經て、一大管に集め、之を適當な、大河に流すのであります、

もし適當な大河の無い時には、他の種々な方法を用ひて汚水を淸めます、その法は、土地を以て、汚水を濾過するのであります、曩にも御話し申しました如くに、土地にも自淨作用といふものがありますからして、土地でこした汚水は、淸くなりますから、之を河川又は海に送つて捨てるのであります、

併し一回濾過に用ひた土地は續いて之を用ふる事は出來ませぬから、他の場所で之を行ふのであります、そうして前に濾過した土地には草木を植えますと、よく繁茂し土地を淸潔にしますから、再び濾過に使用する事が出來ます、此理を應用したのが灌漑法といふのでありまして、市街から距つた所に、灌漑池を造りまして、田の如くに、區劃を幾つも設け

て、各々の區域は長さ二百メートル」幅八十「メートル」位にし、それから、其土地の下に導水管を設け、此管に入つた水を河川に排除するのであります、さて下水を集めて、此の所に送るには、暗溝から來る下水を一の沈澱池に導いて、沈澱物、塵埃を去り、比較的清くなつた水を管に依つて、灌漑池へ送ります、さて此灌漑池が用をなさぬやうになつた時には、他の所に新に之を設け、前の池には植物を植え清潔となし、再び之を灌漑池にするのであります、灌漑池の周圍は非常に臭くて、濕地になりますから、市街から離れた所に設けるのであります、

或は他の方法としては、汚水を沈澄池に導いて、其不潔物を沈澱させて、上清丈けを海や河に送る法もあります、

或は汚水に電氣を導いて、清潔にする法がありますけれ共、高價になりますから、實用にする事は困難であります、

或は殺菌劑を加へて、細菌を殺し、防臭劑を加へて、臭氣を止める法もあります、又は沈澱せしめて其上清を棄てる方法もあります、ライプチヒでは酸化鐵液を加へて、沈澱し、下水を清澄として、棄てて居るといふ事であります、

以上は汚水の排除法を申し述べたのでありますが是れからは

固形の不潔物を除く方法を御話し申しましよう家屋や道路を掃除して出て來た不潔物、或は臺所で出來る不潔物を分解して空氣、土地を不潔にし。又病原菌をも含んで居りますから、注意して塵溜に棄て早く人家から遠さけなくてはなりませぬ、そうして之を燒き棄つるのが最も良い法であります、土地の中に埋めるのは、衞生上惡い事であります、近頃は、此等の不潔物をば一ケ所に集めまして、燒料にし、其熱を電燈の方に用ふる所があります、其燒けた殘物は汚水を濾過するに使つて居ります、極めて適當な廢物利用法と謂はなければなりませぬ、

（以下次號）



質疑

●問、本年九歳の女子頸部に三四個の瘰癧を生ずるのみならず漸次腫脹を増し候て甚だ困難いたし居り候に就ては如何にせば全治し得るものに候哉右質疑欄にて何卒御教示下され候樣偏に願ひ上け候

東京　會員　紅葉女子

●答　昔しより瘰癧と稱へらるゝものゝ中には最も恐るべき結核性のものが多數を占めて居るのでありますから中々服藥位ては全治することが覺束ないのであります、已に其の性質の良性ならざる以上は專門家の手術に依て一時も早く切除し豫後出來得るならば海濱に保養し肝油等を服用せしめて一般の衛生生活に重きを置き再發を防がなければ不可ませぬ故に專ら攝生に留意せらるること肝要なり



雜報

○宮中衛生會規程

田中宮内大臣は勅裁を經て宮中衛生會規程を定め去月二十八日の官報を以て公布せられたり其全文は左の如し

宮内省令第三號

宮中衛生會規定勅裁を經て左の通定む

宮内大臣伯爵　田中光顯

宮中衛生會規程

第一條　宮内省に宮中衛生會を置く

第二條　宮中衛生會は宮中の衛生及防疫に關する事項を調査審議す

第三條　宮中衛生會は會長一人委員十二人を以て

組織す會長及委員は宮内省高等官中を以て之に充つ

第四條　特別事件を調査審議せしむる爲め必要ある時は前條定員の外臨時委員若干人を置く事を得

第五條　會長は會務及議事を整理し其議決を宮内大臣に具申す

第六條　會長は委員を指名して特別の調査を爲さしむることを得

第七條　宮中衛生會は宮内大臣の命令又は委員二人以上の請求により會長之を召集す

第八條　侍醫頭は宮中衛生會の會議に出席して意見を述ぶることを得

第九條　宮中衛生會に幹事一人を置く幹事は侍醫補の中を以て之に充つ庶務を掌る

第十條　宮中衛生會に書記三人を置く書記は宮内屬及皇宮警部の中を以て之に充つ議事の筆記及庶務に從事す

附則

本令は明治四十一年三月一日より之を施行す

○前橋監獄の種痘成績

前橋監獄醫務所長渡邊義介氏は天然痘流行の徴あるや氏が前橋監獄に於ては率先在監者及び職員全般に對し種痘を行ひ今尚ほ引續き入監者に對し其の都度施行しつゝあり左に成績の概況を紹介せん

○種痘人員　在監者に對しては一月三十一日先づ四十歳未滿の男女七百〇一名に種痘を爲し越へて二月十八日更に四十歳以上の者四百二十八名に對し施行せり之を類別すれば左の如し

	四十歳未滿		四十歳以上		
	男	女	男	女	
善感	一六九	六	一九七	四	三七六
不感	四九九	一三	二〇四	六	七二二
放免不詳	一四	一	一七	一	三一
計	六八二	一九	四一八	一〇	一、一二九

○善感と不感　前揭に依り善感と不感との步合を見るに種痘人員百人中善感は三十三人即ち三分の一に當る更に年齡に依り區別するときは

種痘百人中善感の者

四十歳未滿の者	二十五人
四十歳以上の者	四十九人

にして四十歳以上の者は四十歳未滿の者に比し實に倍數を示せり、畢竟年老者は兎角種痘を等閑に付し去る結果にあらざるや尙ほ玆に驚くべき一奇觀を呈したるは天然痘經過のもの丶中善感者多きこと是れなり

○天然痘經過者の善感　氏が大阪痘苗製造所に奉職中明治三十一年末より翌三十一年に亘り各府縣とも天然痘の猖獗を極め其際同府下は勿論京都市へ出張を命ぜられ爾後滋賀、奈良、和歌山、兵庫等の各縣へ出張し前後三ケ年間種痘に從事せしに免疫の有効期間は種痘よりも天然痘の方遙に長く殆んど無限のものならんと思考したることありしに今や當在監者の種痘成績に徵すれば恰も之れに反對する現象を示せり之れ世人の注目を要すべきことならん（但天然痘經過者に對する種痘總員は四十歳未滿二十七人四十歳以上百八十八人なり）

善感中の天然痘經過者

	善感總數	善感中天然痘濟の者
四十歳未滿の者	一七五	三
四十歳以上の者	二〇一	一〇三

如上の狀況に依れば天然痘經過の者と雖も決して安心すること能はず寧ろ此際天然痘濟の者に對しても一定の免疫期間を制定するの必要あるべきや大に研究すべき一問題ならんと云ふ

○大日本私立衞生會常會

同會は去月廿三日午後一時より神田錦町の天理教會に於て第百十五回常會を開かれしが今三島醫學博士の「種痘の沿革を述べて其の方式に及ぶ」てふ題下に講演せられたるが多趣味の講話なるを以て其の大略を此に揭ぐ

種痘の沿革

吾が邦にゼンナア氏の牛痘苗の傳はつたのは、文政の初年であるらしい。その後天保十二年か十三年かに、大槻俊齋先生が長崎の高島秋帆先生から、此の牛痘苗を貰ひ受けてそれを淺草藏前の靑木幾次郎といふ少年に種ゑたが、よく感いて少年は疱瘡神に

見限られ、今はもう老人に成つても痘痕もなく無事に活きて居るけれど、痘苗はその時限で消えて了つた。處が年號變つて嘉永元年に、鍋島閑叟公は種痘が天然痘を免疫するとを聞き込み、和蘭のモンニッケに注文してそれを買ひ取り自分の子息と、抱醫者楢林宗建の子息とに種ゑた、何れもよく附いて二人は病毒に感染しなかつたが、その一人は華族間にその人ありと知らるゝ鍋島直大公で、他の一人は先頃物故せられた宮内書記官田中建三郎氏である。此の點に於て鍋島公と田中氏とは種兄弟であるが、二人の痘毒が痘苗にせられて、人から人へ手から手へ移り移つて今日迄傳はつてゐるのだから、兩人は種痘界の大恩人である。その後中川五郎次はロシアより、長與專齋氏の祖父君は長崎より、その他にも痘苗を取寄て種ゑた人々が少くはなかつたこれ等は皆大勳功者で今なら勳章を授くべき人々である。安政四年八月の事、伊東玄朴、戸塚春海等數名發起となつて神田のお玉が池へ種痘所を建てたが、その後名が變つて西洋醫學所となり、文久三年には單に醫學所と呼んだが其處では種痘法の教授と痘苗の製造とをしたが、明治維新後海軍病院、東京府病院など丶改稱せられ、遂に今日の東京帝國大學醫科大學となつたのである。して見ると燦爛たる今日の日本醫學はその源を種痘に發したと云ふべくその種痘所は神田に在つたから、神田ッ兒は大に誇つて可なりだ。痘苗には人から取るのと牛から取るのと二つある、前者は人痘苗、後者は牛痘苗と云ふが、今日政府の傳染病研究所で製造しつゝある痘苗は、人を煩はすとなく牛のみから取るのである。牛は小さい時には痘苗を造つて幾萬億の生靈を救ひ、大きく成つて牛乳を出しては子供を育て、屠られては牛肉となり、死ねば皮は靴となり骨は膠となり、全身を擧つて一つも無駄に成る處がない、嗚呼牛の德や大なる哉。現今の痘苗は梅野信吉氏が熱心に研究した結果、遂に改良せられたものだが、今では殆ど完全無缺の狀態に進んでゐる。然るに醫師の技術が拙い爲めに往々

にして附かぬとのあるので、予は數年來研究に、研究を重ねて、人の所謂三島式切種法を考へ出した、夫は痘苗を腕へ置いてその上を十字に切るのであるが、かうすれば初種者ならば百發百中、再三種者でも大概は着く。然るにやれ熱が出る、やれ痛い、やれ面倒なと云つて種痘をせぬ馬鹿者が世間には多い種痘料が高いなどと云ふ者もあるが、自分の家では一圓宛取つて居る。一圓は安いものである。人若し一萬圓儲ける法を敎へるから、謝禮に一圓出せと云はゞ喜んでそれを出すだらう。その金儲けは即ち種痘である、只た一圓てジャンコ面、甚だしきは生命さへも拾ふ、身體は中々一萬圓其處等では賣れない、恁う考へて見ると種痘料は實に安いもので、幾何出しても出しても出し過ぎはせぬ云々。

○種痘の二十戒

京都府衛生課に於ては目下天然痘の流行せるより豫防の目的を以て左の如き種痘の二十戒を印刷の上配布せられたりと

(イ)一度二度三度の種痘濟む人も五年十年經ては又種

(ロ)碌々に判らぬ理窟云ふよりも疱瘡防ぐ種痘急げよ

(ハ)春秋に子供の種痘して居ても疱瘡流行れば老人も病む

(ニ)逃隱れ爲ても爲らるゝ疱瘡の眞の種を撒くな諸人

(ホ)本痘に罹りし人も十年の年月經てば種痘必要

(ヘ)變痘と素人業に侮りて醫療受けぬと不幸見るぞよ

(ト)時期よし大流行のなき京都官民一致種痘勵めよ

(チ)父母が心を込めし玉の身に疱瘡痕を殘すなかれよ

(リ)立派なる醫學進歩の賜のと仰ぎて種へよ牛痘の種

(ヌ)ぬく〳〵と湯浴を濟ませ身體を淸めて後に種

痘せよ皆
(ル)類のなき惡病防ぐ種痘術受けて後の養生をせよ
(ヲ)大酒を飲まず食事も加減して胃腸痛めず風邪引かぬ樣
(ワ)忘るな、種痘の後七八日局部洗はず掻かず潰さず
(カ)格別に難しからぬ種痘後養生せぬと無効なるぞよ
(ヨ)他所事と思ふな兵庫大阪の天然痘は隣なるぞよ
(タ)誰にても流行地より來る人は種痘濟んだか調べ組合
(レ)聯友の國に對して疱瘡の流行はみ國の耻とこそ知れ
(ソ)其處此處に天然痘の流行のは種痘屆かぬ證據なりけり
(ツ)津々浦々も種痘せぬ人無かりせば如何に疱瘡が來るも安心
(ネ)懇ろに敎へ導く規則の面に從ふものは壽命長來

○種痘證明證なき者の注意

各區衛生課に於ては過般來強制種痘の結果區內の醫師に向て種痘者名簿の督促狀を差出したるが各醫師が何千何百と云ふ種痘者を有することとなれば整理上衛生課の繁忙一方ならず中には種痘者にして善感不感を申出でざるもの十中の四分もあり醫師も亦多數の種痘者に一々種痘證を與へ兼て放置くも有り爲めに名簿整理上に甚だ困難を來すより區役所は警察署と交渉の上答へ不善感者なりと雖も種痘證なきものは凡て無効とする事に決したりと云ば種痘者は種痘證の屆出を怠りて再痘强制をされぬ樣にすべし

○全國の天然痘患者

今回の天然痘流行地域は殆んど日本全國に亘り患者總數は二萬餘人にも達したるが其中最も多數を出したる諸府縣現在の患者數は左の如し

府縣	四十一年發生	四十年發生
東京	七八九	四
京都	九二	二
大阪	九八二	一四
神奈川	四八〇	一四
兵庫	四七九八	八三七
奈良	六二五	三
三重	五五	三
愛知	一八三	二三
岐阜	四三	|
福井	五二	一
岡山	八六	一
廣島	一八八	四
山口	三六	|
和歌山	三七	七一
徳島	二三八	三
香川	一五九	|
福島	三一三	二
大分	四〇	一
宮崎	四四	|

因に東京府下に於ける本年度發生の患者數は本月三日迄にて九百五十三名に上り死亡者全治者を除くも尚ほ優に全國第三位の多數患者を有する次第なり

といふ

○眼の養生法

妖艶花を欺く佛國美人は平生其美を保つことに注意し特に眼を大事にする由なるが今ま其養生法を聞くに、夜は決して物を見ない事、空腹の時又は滿腹の時には決して眼を使はない事、夕方抔の薄暗い光線では成丈け物を見ない事、日中にても空模様に依り光の弱い時には強ひて仕事を爲ない事、外出して少し強い風に當るとか、埃塵でも多い時には歸つて直に微溫湯で眼を洗ふ事、どんな美味しいものが在ても決して過度には食せぬ事、また非常に多忙でも取込事が出來ても必ず八時間乃至十時間の睡眠は缺かさぬ事、無用な喜怒哀樂の感情には激せない事常に春風の樣に心持を和らげて居る事、何ても事をなすのに適度の熱心はよけれど、無我無中に凝り固らぬ事等なりと

○白米混砂割合の試驗

玄米を搗くは磨砂を混用するは殆ど精米業者一般

の風にて之が爲め市中一ヶ年に於ける磨砂使用代金は一二十萬圓に上ぼる有様なるが此外白米業者は蠟石粉其他の白粉を仕上米に用ひ以て見榮を善くし又量增の目的を遂げつゝあり最近本所山口無砂米精米店に於て警視廳、衛生試驗所技師等立合の上普通白米屋の販賣し居れる白米を取り寄せ試驗したる結果に據れば白米一石に對し磨砂と蠟石粉混用の割合百分の三に當れるを發見したりと去れば白米二等の代金二十圓と假定せば消費者は一石に就き六十錢宛の損毫を來し白米業者は夫れ丈不當の暴利を貪り居れる次第なり

大日本婦人衛生會記事

○本會入會者

○事務所申込

●北海道札幌區北三、東一ノ二　通常會員　本間せい子
●日本橋區橋町四ノ十五、　通常會員　東さく子
●麴區土手三番町二十七、　通常會員　門田つや子
●小石川區戸崎町七十二　通常會員　沖田きん子
●小石川區表町三十四、太田方、　通常會員　岡村あき子

○中川房子紹介

●秋田縣雄勝郡湯澤町渡部病院内　通常會員　渡部千代子

○改姓

●松岡雪子改メ　小松雪子

○高崎支會入會者

●高崎市　淺井時子
●高崎市　高橋まつ子

○山形支會入會者

○佐柳幹事紹介

●　特別會員　坂口よし子

○畔柳きぬ子紹介

●　通常會員　木俣もと子

○山形支會々員資格變更

●通常改メ　特別會員　國井よしを子

○轉居

●京橋區南新堀二ノ六へ　大谷作子
●本郷區丸山福山町十三へ　石井ふみ子
●下谷區入谷町一四三、田中方へ　松尾つれ子
●大阪市外勝間村字天下茶屋へ　伊藤敏子
●芝區元高輪六十へ　吉原米子
●下谷區上野花園町七、　松井もと子
●吳市八幡通二七七次二へ　櫻井かをる子
●府下淀橋町大字角筈新町一八ガへ　鶴岡てい子
●神奈川縣子安村字子安へ　守屋千代子
●小石川區原町一一八へ　東くめ子
●韓國平壤理事館内へ　武田かれ子
●廣島市猿樂町五へ　相良浪子

小兒を完全に發育せしめんと欲せば牛乳に之を加へよ

インファンチナ

醫學博士弘田長氏曰く(上略)予も亦久しく完全なる小兒營養品を求めつゝある者の一人なり、而じて坊間販く所のもの一長一短彼に可なる所あれば是に否なるあり撰擇又撰擇絶えて我意に滿つる製品なきを慨したりき、然るに客歳官命を帶びて歐州諸國を巡回したる際、測らずも完全なる小兒營養品を得たり、これ即ちドクトル、ダイン、ハルド氏可溶性小兒食品「インファンチナ」なり(中略)其化學的集成を見たるのみにして既に本品が如何に適當に配合せられたるものなるかを知るに足る其消化性蛋白質に富めるとや、其含水炭素の大部分の可溶性なることや、徒に多量の脂肪を含まざることや、鹽類中にも小兒の發育に至要なる燐酸鹽類を適當に含むとや、何れも是等營養的人工製品を求むる者の理想とする所ならざるなし、而て更に之が用法を見るに小兒の年齢に依り一定量の牛乳と水とに和して用ゆべく定めたり、これ人爲の力のみを以てしては到底不滿足にして天工を奪ひ能はざることを自認し、一半は天然物を以て之に充て其質を更めて天工に近かしめむと試みたるもの即ち牛乳の性質を變せしめて人乳、就中小兒の生母の乳汁と同一ならしめむと欲したるなり、其考案の巧妙にして而かも實用上些の遺憾なき、寔に感嘆に値すと云ふべし、(中略)予も亦之を實驗したるに消化不良に罹れるもの又は現に下痢ある者の如き本品を用ゆるに依りて之を制止す

「インファンチナ」の分析表及用法用量は現品に附したり

「インファンチナ」は百瓦入三百瓦入五百瓦入の三種とし互れも罐入として發賣せり各地の有名藥舖にて販賣す最寄の藥店になきときは直接照會を乞ふ

發賣元 東京市日本橋區南茅場町二番地 **三共藥品合資會社**

(後付 [illegible])

TAKA-DIASTASE



タカヂアスターゼ

世界最大の製藥工場

パークデビス社は完全なる設備を有する世界最大の製藥會社にして、上圖は其デトロイトに於ける本社工場の全景なり。此他同社は加奈陀及英國に同一規模の分工場を有し、世界の醫家が要求せらるゝ、總ての醫藥品を製造す。

タカヂアスターゼはパークデビス社の製品なり。完備せる裝置の下に熟練なる技術者に依り、製出せらるゝ、

高峯氏發見消化劑

本劑は品質純良、每瓶強度均一にして、又其効力永久不變なり。醫師及藥舖諸彥ー模造品製造者の誇大なる虛僞的廣告に誤らるゝ勿れ、世上本劑以上の質品なきは歐米及吾多數醫學大家の實驗報告に徵し確認せらるべし、需用者は必らず高峯氏タカヂアスターゼと指定せられよ、本劑は粉末錠劑水劑の三種として發賣せり各地藥舖にて販賣す、

代理店 東京南茅場町 三共藥品合資會社

大學病院々長　佐藤博士題辭
女子學院々長　矢島揖子題歌
醫學士　神村兼亮閲
大學病院卒業看護婦　大關和子著

實地看護法

豫約期限　四月十日

正價金七拾五錢
豫約金五拾錢
郵送料　市内四錢　地方八錢

本書の體裁　表紙布金文字入四六判紙數三百餘頁

本書の内容　一編　看護婦の心得。二編　一般患者に對する所置。三編　傳染病看護法。
附錄　東京府令七十一號看護婦取締規則
日誌の付け方並に其用語　流動食物調理法
便器取扱法

二十餘年の經驗により實地看護法道般再生紀念として數千部出版仕候來る四月七日までに前金本會に迄御申越の方に限り特價金五拾錢にて差上可申候間奮て御申込相願度候也

東京市神田區錦町三丁目一番地
發行所　東京看護婦會
電話本局千七百六十八番

私立大日本婦人衛生會 高崎支會規則（明治三十五年四月創立）

●第一條 當支會は大日本婦人衛生會に照し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ随て社會全般の幸福を増進するを目的とす●第二條 當支會は大日本婦人衛生會高崎支會と稱し事務所を高崎市寄居町五十番地に置く●第三條 當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●第四條 本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し三箇月分以上の會費を添へ申込まるべし●第五條 當支會に學術其の他の裨益を與へらるゝ人士を推して講師又は篤志賛助員となす●第六條 當會員にして轉居死亡又は退會の時は速に其旨事務所に通報せらるべし●第七條 支會に左の役員を置く會長一名副會長一名幹事六名評議員十二名●第八條 役員は會員中より公撰し會長副會長は役員中より互撰す又幹事評議員は役員中より會長之を指名す但役員の任期を一箇年とし再撰するを得●第九條 本會の特別賛成員を定員外の評議員とす●第十條 當支會は毎月一回講話會を開き毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改撰會務の報告等をなす●第十一條 會員及賛成員の家族並に篤志賛成員は集會に參列するを得但時宜により男子の參列は謝絶することあるべし●第十二條 本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として一箇月金五錢を出す者とす●第十三條 總て會費の徴收は集會の席上に於てするを例とす但三ヶ月分以上宛前納すべし●第十四條 支會の所有金は支會の名義を以て銀行に預け置くものとす●第十五條 會員又は會員外より金員物品の寄附ある時は之を受納す●第十六條 本會所有の金員物品を慈善事業等に使用せんとするときは衆議に諮るものとす●第十七條 會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし●第十八條 特に此規則に掲げざる者は本會の規則を準用す

●事務所　高崎市寄合町五十番地　高崎支會

私立大日本婦人衛生會茨城支會規則

開設の趣旨及目的　凡人生の幸福を保持するには完全なる教育を怠まざる可らず之を望んとするには必ずや衛生と相俟ちて而る後ち始めて全き事を得るならん。されば吾人は現今東京に於る該本部に傚じて更に茨城支會を開設し吾人が日常實行する衛生の事項をして益研究し益改善を圖りて其の發達を互に努め力めんとするに在る而已●本會は私立大日本婦人衛生會茨城支會として之を當水戸市に設く●本支會々員たるを望む婦人は何人にても入會することを得●入會手續入會の節は氏名族籍住所等を明記し本支會事務所に申込むものとす。但し會員證は東京本部へ通知し然るのち之を交附すべし雖とも徽章代は豫め前納せらるべし●會員種類會員を分ちて特別。通常。終身の三種とす。終身會員は一時に廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三十錢以上通常會員は一ヶ月金拾五錢を納む・と●男子にして本支會の趣旨を賛成する者は之を賛成員とす●本支會員は本部にて毎月發刊する雜誌を無料にて受くることを得●退會せんとするものは其旨本支會事務所に報知すべし。（死亡等は親戚知人より通知せらるべし）●本支會に左の役員を置く支會長一名、副支會長一名、幹事六名、評議員十名、書記、會計、庶務は幹事中より各二名づゝ互撰分擔す●役員は任期滿一ヶ年とし毎年五月總會に於て投票を以て之を定む●集會は例會總會評議員會及臨時會とす集會八月を除く外毎月一回第三の日曜日に之を開く總會は五月適宜の日を以て之を開く急要の件あるときは臨時會若くは評議員會を開きて評議する事あるべし●毎會學識經驗ある知名の士に囑托して衛生上の講義演說又は之に關したる實驗等をも爲し本支會員に聽講せしむ但會員は知人家族等誘引して參會することを得（此際出席の衣服は總て質素たるべし）●會員中若し本會の障害となるべき所爲ある者又は會費を滯納するものある時は本支會長評議會の決議を經て除名する事あるべし●玆に記述したる數項の他その必要と認むべき事項あらば成る可く本部規則を適用するものとす

明治三十四年十月創立

水戸市上市田見小路二十五番地

茨城支會

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

私立大日本婦人衛生會徽章規程

第一條　大日本婦人衛生會會員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





○本會徽章料左の如し

○通常會員章

第三號

メッキ製拾貳錢、送費六錢

○第二號

正銀製四拾錢、送費六錢

○終身及特別會員章

第一號

七拾錢（黒輪箱入送費九錢）

六拾錢（桐箱入送費六錢）

第二條　會員章は本會并に支會の集會に出席する場合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

○入會注意

○御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるべし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配達を兼れ會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收者差出不申候但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料なも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は支會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京牛込築土八幡町郵便局）宛振出あるべし●會費受領證を要する節は送費として郵券一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

○會員御紹介下され候御方には其人數丈の本會雜誌進呈

廣告料　一頁五圓半頁其二分一以下同之　●特別廣告一頁拾四圓半頁其二分一以下同之

本誌一部　定價貳拾錢

發行所　東京市麹町區富士見町二丁目卅二番地　私立大日本婦人衛生會（振替貯金口座一〇六〇〇番）

編輯兼發行者　東京市下谷區竹町五番地　齋藤濤之丞

印刷者　東京牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　飯田三千太郎

印刷所　東京市牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　株式會社秀英舍第一工場

明治四十一年三月十六日印刷
仝年三月二十日發行
婦人衛生雜誌第二百二十號（毎月一回二十日發行）